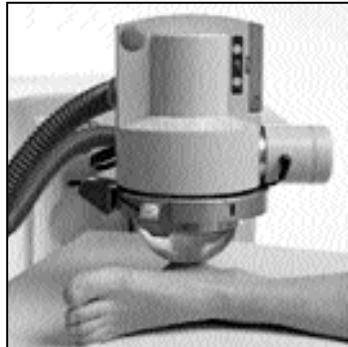


La terapia extracorporea ad onde d'urto

Negli ultimi anni, la terapia extracorporea ad onde d'urto (ESWT) è diventata una forma terapeutica preminente in ortopedia. Per un numero sempre crescente di indicazioni, la ESWT si dimostra un'alternativa valida alla terapia chirurgica e a quella medicamentosa, spesso lunga e complicata. Il trattamento viene effettuato ambulatoriamente e di norma senza anestesia. Nella terapia vengono generate, al di fuori del corpo, onde sonore ad alta energia, le cosiddette onde d'urto. Esse vengono raggruppate in un punto focale (fuoco) e trasportate direttamente nel corpo tramite un cuscino d'accoppiamento, dove svolgono la loro azione terapeutica. Si tratta di un procedimento delicato e non invasivo, durante il quale non si provocano cicatrici. Oggi, l'efficacia del trattamento della ESWT è dimostrata dettagliatamente in numerosi quadri clinici ortopedici. Dai risultati di nuovi studi si prevede in futuro uno spettro di applicazione della ESWT ancora più ampio.

Fascite plantare, detta anche sperone calcaneare, è una delle indicazioni più trattate. Lo sperone calcaneare è uno sperone osseo a forma di spina sull'inserzione di un tendine infiammato e della tela fibrosa della pianta del piede. La fascia plantare è il tendine largo sulla pianta del piede, che sorregge il piede e protegge strutture

sensibili come i nervi, i vasi, i tendini e i muscoli. Spesso i disturbi si manifestano anche senza un vero e proprio sperone, se si soffre di un'infiammazione cronica del tendine. Con l'effetto delle onde d'urto, è possibile curare l'infiammazione cronica del tendine ed eliminare il dolore nella deambulazione.



Una calcificazione della spalla, chiamata anche Tendinosis calcarea, è un'infiammazione o un irrigidimento doloroso della capsula dell'articolazione della spalla, di solito accompagnata o causata da un deposito di calcio. Tipici sintomi di questa malattia sono dolori insopportabili di notte e nei movimenti, così come la difficoltà nel sollevamento laterale del braccio. Con l'effetto delle onde d'urto, è possibile curare l'infiammazione cronica della spalla, in modo che il paziente possa muovere nuovamente il braccio senza accusare più dolori. In molti casi si osserva la dissoluzione della calcificazione.

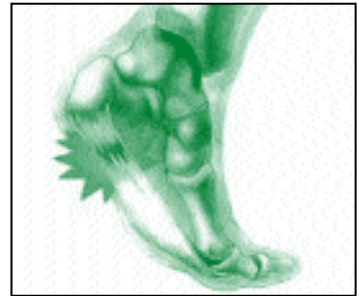
Il cosiddetto Gomito del tennista è un'infiammazione frequente, molto dolorosa e spesso cronica, del tessuto periosteo del gomito. Questa malattia è causata dall'eccessiva sollecitazione delle inserzioni dei tendini, di solito sul lato esterno del gomito.

Il termine "tennista" si riferisce solo ad una delle possibili cause. Tipico per il gomito del tennista è un forte dolore accusato nell'afferrare oggetti, che spesso si irradia dal gomito alla mano.

Un'ulteriore applicazione per la ESWT è la Pseudoartrosi o guarigione ritardata di fratture ossee. In seguito ad una frattura, l'organismo forma raramente, al posto di un nuovo collegamento osseo, solo un collegamento cartilagineo. Questo è doloroso e non sollecitabile, per questo viene chiamato anche "falsa articolazione". La terapia usuale è l'intervento chirurgico, spesso legato ad un trapianto di tessuti ossei. La ESWT rappresenta un trattamento alternativo non invasivo, attraverso il quale il tessuto viene stimolato a formare nuova sostanza ossea.

Nuove applicazioni delle onde d'urto: il piede diabetico

Il piede diabetico è una complicazione diffusa nei soggetti diabetici. Queste lesioni aperte possono insorgere anche con ferimenti inavvertiti del piede.



I pazienti con diabete sviluppano spesso ferite croniche di difficile guarigione con derma danneggiato o distrutto. Il derma è lo strato cutaneo situato sotto l'epidermide. In seguito ad una ferita, esso sviluppa collagene, fibroblasti e glicosaminoglicani, necessari per una guarigione normale della ferita. Nei pazienti che soffrono di diabete, questo processo può essere soggetto a disturbi e comportare quindi un'infezione della ferita e serie complicazioni. Anche l'impiego di antibiotici non sempre porta i risultati sperati nella guarigione di ferite. La resistenza viene intensificata dai batteri presenti nella ferita, che producono un biofilm resistente a qualsiasi terapia, ostacolando in questo modo la guarigione regolare. Le onde d'urto distruggono questo biofilm, consentendo quindi all'organismo di combattere l'infezione.

Per maggiori informazioni:
www.gruppolocorotondo.it
e-mail: istituto@locorotondo.it
via Gaetano Daita 15, Palermo
Tel. 091 587861.

Medeu.it

Il quotidiano on-line di informazione, documentazione e ricerca socio sanitaria

www.medeu.it

I.B.M.

SERVIZI IMMOBILIARI

Cellulare 338 1411643

AFFARE

VENDESI nuda proprietà appartamento 4 vani mq. 130 ottime finiture, zona Leonardo Da Vinci: salone, due ampie stanze d'abitazione, cucina abitabile, doppi servizi, tre armadi a muro, veranda, porta corazzata, posto auto, riscaldamento centralizzato. Trattativa riservata

AFFITTASI bivani arredato con gusto centro storico a referenziati. Trattativa riservata.

Le novità per la diagnosi del lupus eritematoso

Esperti a confronto al Convegno sull'autoimmunità del Buccheri La Ferla

Il lupus eritematoso è una delle malattie autoimmuni affrontate al Convegno "L'autoimmunità in medicina interna", organizzato dall'Unità Operativa Complessa di Patologia Clinica dell'Ospedale Buccheri La Ferla (un articolo sul precedente numero, n.d.r.). Gli anti-nucleosomi - come ha spiegato il dott. Ignazio Brusca - sono ad oggi il marcatore più sensibile per diagnosticare il lupus eritematoso sistemico. Dalle esperienze e dai dati più recenti pubblicati, essi sono strettamente legati alla nefrite e sono ben correlati all'attività della malattia.

Per cui ne sarebbe auspicabile un utilizzo maggiormente routinario. La sensibilità all'esordio della malattia è attorno all'85 per cento, contro il 60 per cento circa degli anti-Dna che sono i marcatori più conosciuti ed utilizzati.

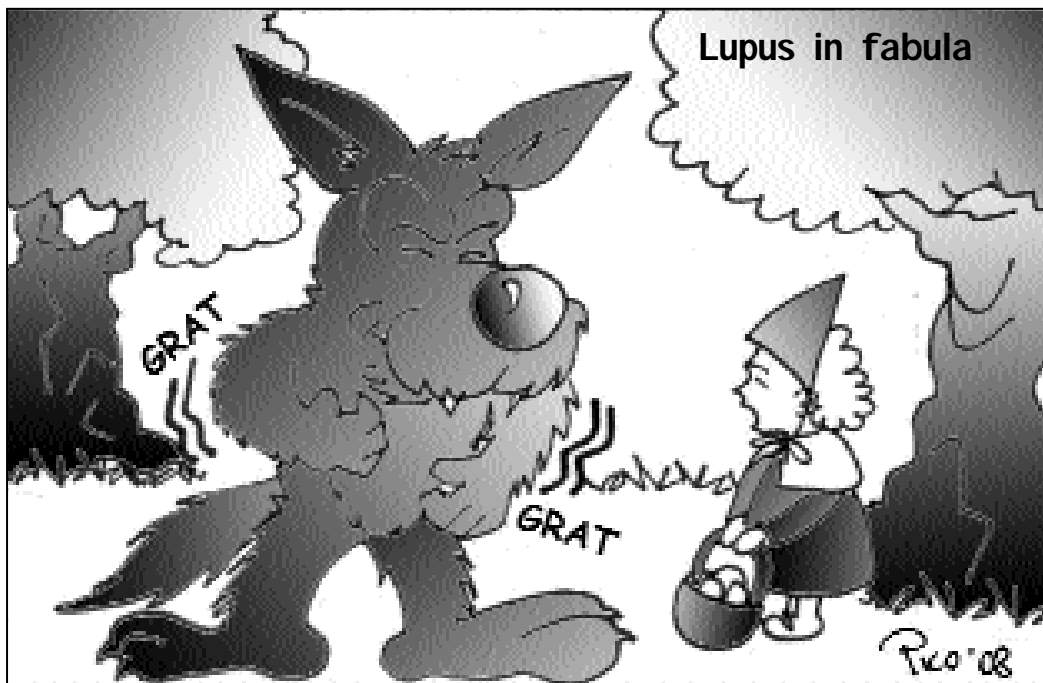
Nel lupus eritematoso l'interessamento renale è molto frequente, dal momento che colpisce il 40 - 50 per cento dei pazienti con questa patologia.

Nell'organismo i reni hanno un ruolo molto importante: quello di depurare il sangue da tutte le scorie del metabolismo.

Nei pazienti l'infiammazione altera la capacità di filtro dei reni in maniera più o meno estesa. Il danno renale può essere così esteso da rendere necessario il ricorso alla dialisi artificiale.

Benché non si abbiano cifre precise su questa malattia, i soggetti più a rischio sono le donne tra i tredici e i cinquantacinque anni. E' proprio in questa fascia di età che, in tutto il mondo, le donne malate superano come numero gli uomini con un rapporto di 9 a 1. Tale rapporto si riduce drasticamente quando la malattia insorge dopo i cinquantacinque anni, mentre vi è una leggera prevalenza dei maschi tra i pazienti che sviluppano la malattia in età infantile. Una classe di anticorpi che si forma sono gli anti - fosfolipidi che nelle donne giovani, le più colpite dalla malattia, determinano poliabortività.

(Fonte: Ufficio Stampa Buccheri La Ferla)



inbox

Vaccino contro l'ipertensione

E' sperimentale, ma promette bene un trattamento simile al vaccino che produrrebbe anticorpi contro l'angiotensina II. In tal modo si produrrebbe una riduzione dei valori pressori costante per circa quattro mesi. I ricercatori, svizzeri, assicurano che non si andrebbe incontro a effetti collaterali.

La legge antifumo funziona sull'infarto

Non è certamente un caso se dal 2005 in poi, epoca in cui è entrata in vigore la legge che vieta il fumo nei locali pubblici, i casi di infarto in Italia si siano ridotti dal 7 al 12 per cento. Lo studio presentato su Circulation ha esaminato pazienti dai 35 ai 75 anni, prima e dopo il 2005. Il fumo passivo è, dunque, fattore di rischio a tutti gli effetti.

Farmaco antiobesità "gradito" al cuore

Si chiama Rimonabant. E' un farmaco metabolico adoperato per le obesità importanti. Diversi studi ne stanno testando benefici e possibili reazioni avverse. Uno recente, denominato Stradivaryus, ha messo in luce alcuni benefici sulla progressione di eventi coronarici (ischemie, angine o infarti), ma nessuna azione sulle placche aterosclerotiche.

Interferone beta 1b: rallenta la sclerosi multipla

E' una malattia che crea invalidità e colpisce ogni anno 54 mila persone in Italia, per lo più donne tra 20 e 40 anni. La sclerosi multipla può essere notevolmente rallentata da dosi molto precoci di interferone beta 1b. Intervenire ai primi sintomi può significare moltissimo. Lo afferma lo studio Benefit. Occorre porre diagnosi già ai primi sintomi.

Redazione





prova senza impegno i benefici degli apparecchi acustici più all'avanguardia

Chiama e fissa subito il tuo appuntamento

OTIFON LA CERTEZZA DI SENTIRE

Convenzionato ASL
Rivenditore autorizzato oticon
Aperto dal lunedì al venerdì

PROVA GRATUITA

tel. 091 7542862

Palermo, via S. Lorenzo, 27/27a
e-mail: otifon.guercio@libero.it
ore 9.00/13.00 - 16.00/19.00

novità per l'udito

Rivoluzionaria soluzione praticamente invisibile
La soluzione pesa solo due grammi ed è praticamente invisibile da ogni angolo. L'adattamento è pressoché istantaneo



Società Polisportiva Palermo Ass.

Presidio ambulatoriale di recupero e riabilitazione funzionale



L'UNICO CENTRO SPECIALIZZATO DELLA SICILIA CHE IMPIEGA L'INNOVATIVO REUMALASER PER LA CURA DELLE MALATTIE REUMATICHE

in convenzione:
Rieducazione ortopedica - neuromotoria - cardiologica - respiratoria
Prevenzione e cura dei paramorfismi e dismorfismi - terapie fisiche

non in convenzione:
Reumalaser - Laser Co2 - Esame posturale: Delos - Massoterapia
Densitometria ossea - Magnetoterapia - Nuoto terapeutico - Ecografie anche a domicilio

Via Belgio 2/b - Palermo - Tel. 091 6703078 - fax 091 517345
www.polisportivapalermo.it - polisportivapalermo@hotmail.com

aut. prot. 3364 del 19/12/2007

Il commissario capo Agostino Celesti sedeva su una sedia impagliata di un angusto locale che soltanto una fantasia sfrenata poteva definire un ufficio, ancor piccolo. Taceva in paziente attesa.

Angelo Di Benedetto gli era di fronte.

"Dunque?"

"Dottore, io, non che io c'entri molto, non so neanche il motivo di quei bonifici".

"Non capisco".

"Mia sorella Maria mi ha pregato di farli intestare a mio nome. E' difficile opporle in rifiuto".

"E lei signorina, che mi dice?"

"Sono fatti personali miei e del professore".

"No signorina, non sono fatti privati suoi e del professore, Ventimila euro al mese sono una somma notevole che mi sa tanto di ricatto".

"Lo ha detto Niceta?"

"Accade veramente di rado che un ricattato si rivolga alla polizia e a Calatubo poi".

Il silenzio prese tutti i presenti.

"Signorina, continuiamo la conversazione in commissariato?"

"Crede di farmi paura? Le dirò soltanto una cosa, l'idea non è stata mia, bensì del dottore".

"Credo sia meglio andare in commissariato".

"Andiamo a casa mia, lontano da questo barbagianni di mio fratello". Senza aspettare risposta alcuna Maria s'avviò verso l'uscita seguita dal commissario. Fatti pochi passi entrarono in una decorosa palazzina moderna. L'appartamento della donna era pieno di mobili, quadri, soprammobili di ottima fattura e gusto. Li accomunava la caratteristica

Il mistero di Calatubo

giallo a puntate di Patrizia Salatiello
illustrazioni di Pierrico "Pico" Di Trapani



d'essere nuovi, comprati al massimo pochi mesi prima. Sedettero su un divanetto foderato in pelle bianca. Maria lo scrutava silenziosa, infine si decise. "E' passato più di un anno da quando, un giorno, il dottore è entrato nella pasticceria. Era l'unico cliente e io ero sola.

Abbiamo iniziato a parlare. Vede, era un uomo anziano, ma continuavano a piacergli le donne, soprattutto se belle". Guardò il commissario di sottocchi indecisa se sfoderare le armi della seduzione. Capì che non era il caso.

"E' iniziata così quella che è diffi-

cile definire una relazione. Passavo tanto tempo con lui, la sera, quando giocava a carte sino a tardi con i suoi amici, la domenica in campagna. Dopo un po' mi son fatta coraggio. Gli ho parlato a lungo di me, della mia scontentezza, di come odiassi lavorare in pasticceria. Non è stato necessario che gli chiedessi esplicitamente denaro, l'ha offerto lui. Mi ha detto però che non poteva sottrarlo al bilancio familiare, temeva la reazione della moglie. Conosco qualcuno che mi darà ciò che ci serve. Non ho chiesto nulla, mi sono un po' meravigliata quando mi ha proposto l'idea dei bonifici. Intuivo che c'era qualcosa di losco e del contante mi pareva più opportuno".

Maria tacque.

"E non ha idea dei motivi per cui il professore pagasse cifre così considerevoli?"

La risposta negativa giunse dopo un tempo eccessivamente lungo. Agostino tacque ancora aspettando.

"Va bene, dopo un po' di tempo mi ha dato una busta chiusa. E' la tua assicurazione qualora dovesse succedermi qualcosa. Non l'ho mai aperta".

La donna si alzò, scomparve per pochi minuti. Quando fu di ritorno teneva fra le mani una busta accuratamente chiusa. La porse in silenzio al commissario.

Agostino era convinto che Maria non fosse stata presa da chissà quali scrupoli morali, doveva avere paura, paura di finire come il dottore, morta ammazzata in un casolare diroccato.

Prese la busta e s'accomiatò con un silenzioso gesto della testa.

(21 - continua)

Fincantieri: il trionfo del fair play

Il 27 gennaio, sul glorioso campo dei Cantieri Navali, nel quartiere palermitano dell'Acquasanta, in occasione della partita di campionato con la Panormus, una "stracittadina" che vedeva opposti prima contro secondi in classifica, la squadra Allievi Regionali della Fincantieri si è resa protagonista di un gesto raramente presente in un campo di calcio.

A metà ripresa, con il risultato di 0-0, i padroni di casa sono passati in vantaggio grazie alla rete del giovanissimo Opoku con un avversario a terra perché in preda a crampi muscolari. Subito vivaci proteste, immediatamente sopite dal tecnico della Fincantieri Matteo Di Fiore, che ha ordinato ai suoi ragazzi di permettere il gol del pareggio alla Panormus: così, con tutti i giovani calciatori locali fermi, Lombardo è potuto andare indisturbato in rete e ripristinare il risultato di parità, gesto particolarmente apprezzato dal numeroso pubblico presente sugli spalti.

La partita è finita con un improvvisato "terzo tempo", all'insegna del fair play e tra gli applausi generali.

E' stato davvero un esempio luminoso di quelle rare occasioni in cui i più piccoli danno segni di maturità ai più grandi. L'azione "riparatoria" che s'è sviluppata all'insegna del fair play non ha suscitato polemiche o commenti ingiuriosi da parte del pubblico, né gli animi si sono infiammati.

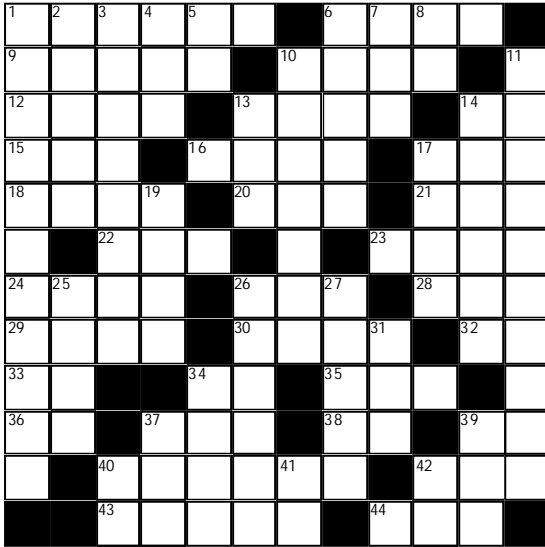
Di storie così, nel calcio e nello sport, ce ne vorrebbero davvero tante: è questo uno dei modi in cui si prevengono quelle forme di violenza virulenta ed assassina che anima alcuni frequentatori dei nostri stadi (e che trova seguito in una massa anonima e passiva). Gli allenatori, prima ancora che guidare i propri giocatori a corre-



re verso la vittoria, potrebbero - come il mister di questa piccola squadra di provincia - addestrarli al fair play, alle regole della cortesia e del rispetto dei propri avversari.

Così facendo, darebbero un contributo significativo alla crescita di una società civile, in controtendenza rispetto al generale imbarbarimento dei nostri tempi.

a cura di Alessio Fabra



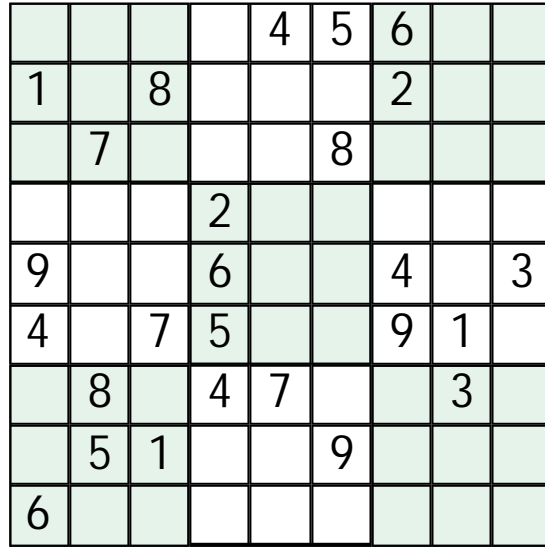
ORIZZONTALI

- 1 Il basso ventre 6 La secerne il fegato
- 9 Chalet 10 E' dolce la propria
- 12 La penna a sfera 13 Lo fa il fornaio
- 14 Ebbene 15 Parita' nelle ricette
- 16 Il navigatore vichingo detto "Il Rosso" 17 cattivo inglese
- 18 Prima del cognome 20 Precede cercasi negli annunci
- 21 Re per i francesi 22 Profumo per uomo
- 23 Si mangia 24 Corri senza testa
- 26 Ghiaccio inglese 28 Koala in centro

- 29 No a Mosca 30 Vento di Trieste 32 Beato Angelico 33 Agrigento 34 Può averlo una raccomandata (sigla)
- 35 Periodo geologico 36 Taranto 37 Articolo plurale 38 Iniziali di Alighieri 39 Lo si dà agli amici
- 40 Si gioca anche senza atout 42 Il braccio inglese 43 Grave situazione 44 La poetessa Negri

VERTICALI

- 1 Lasciato per sempre 2 Mammifero della famiglia dei Cervidi
- 3 Diffondere un documento 4 Prefisso per orecchio 5 Congiunzione avversativa
- 6 Vi si pongono i propri risparmi 7 Città del Giappone nell'isola di Honshu
- 8 Precede il si 10 Imbarcazione eschimese 11 Milano per gli antichi romani
- 13 Pubblico registro automobilistico 14 Enorme albero tropicale 17 Vivacità d'animo
- 19 Uscita in metro 25 capitale della lettonia 26 Mescolati 27 Successore
- 31 Un papagallo 34 Paese in provincia di Agrigento 37 un trampoliere 39 Preposizione 40 Bergamo 41 Vai a New York 42 Anno Domini



Il gioco non è solo un passatempo, ma un utile esercizio delle facoltà intellettive.

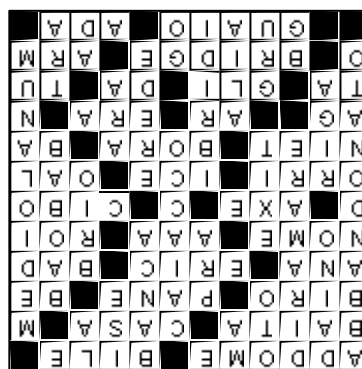
E' un'azione solo in apparenza banale: o semplice. In realtà si tratta di una palestra che stimola le cellule mentali e permette di mantenere un ottimo stato di forma, a venti come a novant'anni...e oltre.

COME GIOCARE A SUDOKU

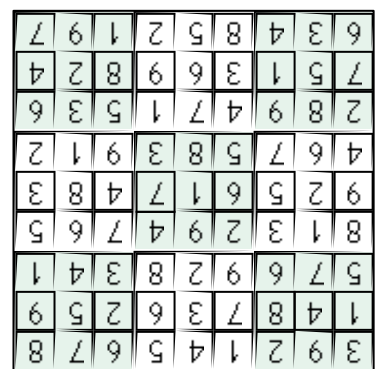
Si devono disporre le cifre da 1 a 9 in una griglia quadrata di nove caselle per lato suddivisa in altrettanti riquadri, in maniera che in ciascuna riga, colonna e sezione ogni cifra compaia una sola volta. Per dare al solutore un punto di partenza, alcune caselle sono già riempite: la loro quantità determina il grado di difficoltà dello schema. Si procede ragionando per esclusione e scrivendo un numero soltanto quando si è sicuri, senza tirare o indovinare.

SOLUZIONI DEI GIOCHI

CRUCIVERBA



SUDOKU



a b c d e f g h

8 Il quesito scacchistico

7

6

5 In questa posizione quale colpo decisivo ha inflitto il Bianco?

4

3 a cura del Centro Scacchi - Scuola giovanile CONI

2

1 La soluzione accanto

QUESITO SCACCHISTICO

Dopo Cg6+, il Nero ha abbandonato perché segue matto con ...hxg6; D#4# il sacrificio iniziale ha aperto la colonna h per la donna bianca.

Studio Nutrizione e Dietetica

▶ perché il tuo corpo non sia solo un peso
per appuntamento telefonare al numero 091 6269711

KINESIO TAPING® Italia

www.kinesioitalia.it
www.kinesiotapingitalia.it

Non un bendaggio funzionale è un **bendaggio adesivo elastico con effetto terapeutico biomeccanico**

- previene la fatica muscolare ■ allevia il dolore ■ riduce l'infiammazione
- riduce l'edema ■ aumenta il ROM ■ previene i crampi ■ educa il muscolo debole ■ evita l'estensione eccessiva o contrazione

senza farmaco

- colpo di frusta ■ menisco
- edema ■ epicondilite ■ tendinosi
- sublussazione della spalla
- osteoartrite del ginocchio ...

tunnel carpale



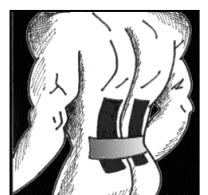
tendinite rotulea



fascite plantare



rizoartrosi



Toni Graziano:
cell. 392 1341362
cell. 329 0250873
a.graziano3@tin.it

"Okkio" all'obesità infantile

Al via il programma regionale di sorveglianza nutrizionale nelle scuole elementari della Sicilia

Parte in questi giorni in Sicilia un'indagine per definire e mettere a regime un sistema di raccolta dati sullo stato nutrizionale dei bambini di età compresa tra i sei e i dieci anni e che permette l'acquisizione di informazioni dirette su alcuni parametri antropometrici, abitudini alimentari e attività fisica.

L'iniziativa, chiamata "Okkio alla salute - Promozione della salute e della crescita sana dei bambini della scuola primaria", è collegata al programma europeo "Guadagnare salute" e al Piano regionale di prevenzione del sovrappeso e obesità.

L'indagine - promossa dal Centro per la prevenzione e il controllo delle malattie (Ccm) del Ministero della Salute e coordinata a livello nazionale dal Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute (Cnesps) - è curata, in Sicilia, dal Dipartimento osservatorio epidemiologico regionale in collaborazione con i servizi di igiene degli alimenti e della nutrizione delle Aziende Usl e d'intesa con gli Uffici scolastici

regionali e provinciali.

Obiettivo dell'indagine è descrivere la situazione nutrizionale dei bambini delle scuole primarie e del loro ambiente scolastico allo scopo di suggerire azioni appropriate. Verranno effettuate indagini annuali ripetute su campioni rappresentativi della popolazione scolastica della terza classe.

La raccolta delle informazioni avverrà attraverso una scheda antropometrica nella quale sarà indicato il peso e l'altezza dei bambini, un questionario per la scuola, uno per i bambini e uno per i genitori.

L'Osservatorio epidemiologico regionale, oltre a diverse indagini sullo stato di salute della popolazione regionale, sta curando in Sicilia la realizzazione del Piano regionale della prevenzione dell'obesità proprio per favorire efficaci azioni di contrasto a questo problema di salute che rappresenta uno dei principali fattori di rischio, può favorire l'insorgenza di importanti e frequenti malattie (le cardiovascolari e il diabete) ed è responsabile del 2-8 per cento dei costi

Il bimbo moderno

La XVI reincarnazione del Buddha



globali per la sanità. In Sicilia, in particolare, la necessità di seguire con attenzione la situazione nutrizionale della popolazione, in particolare dei bambini, è fortemente motivata dai dati epidemiologici recenti che individuano l'obesità come problema prioritario di salute pubblica.

I dati dell'indagine multiscopo

Istat 2005 mostrano infatti che la prevalenza di soggetti in sovrappeso nella nostra Regione è tra le più alte nel Paese, con una frequenza pari al 38,5 per cento (contro il 34,5 per cento a livello nazionale) e quella di obesi è pari all'11,6 per cento.

La frequenza delle condizioni di sovrappeso ed obesità è andata aumentando negli ultimi decenni, al punto che, secondo l'Oms, l'obesità è diventata un problema di salute pubblica di proporzioni epidemiche in tutti i Paesi occidentali e la sua prevenzione costituisce un obiettivo prioritario. Inoltre è stata osservata una sempre maggiore diffusione del problema tra la popolazione infantile e le classi socio-economiche più svantaggiate, i cui regimi alimentari sono spesso carenti e sbilanciati. In Italia il 24 per cento dei ragazzi tra i 6 e i 17 anni presenta un eccesso di peso, fenomeno che sembra interessare le fasce di età più basse ed è più frequente nel Sud Italia.

(Fonte: Ufficio Stampa Assessorato regionale alla Sanità)

Desiderata salute

30' minuti di informazione su Salute & Sanità dalla parte del Cittadino... con Emilio Galbo
Ogni Sabato alle 13,45 e replica la Domenica alle 13,25

in onda anche su 830 Sky sabato alle 13,20 e 842 Sky giovedì alle 18,00

7 GOLD **tele rent** **SKY** **Canale UHF 41**

USTEO & 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

CONSIGLIATI

Avete bisogno di uno specialista, di un laboratorio di analisi, di un centro di assistenza? La rubrica per ogni necessità propone un nome, accuratamente selezionato, al quale rivolgersi con fiducia. Per conoscere meglio gli specialisti contenuti nella rubrica consultate le schede di presentazione che pubblichiamo una per numero. Sotto ogni annuncio troverete il numero e la pagina del giornale che ha ospitato la presentazione. Le schede sono reperibili sul nostro sito www.nellattesa.it.

ALLERGOLOGIA
DOTT. CLAUDIO RAGNO
 riceve presso il Centro Allergologico "Ragno", Via XII Gennaio 16 - Tel. 091327040 - Call center prenotazioni 091584114. Si eseguono: prove allergiche per asma e rinite, alimenti, anestetici, farmaci, veleno, imenotteri, dermatiti da contatto e da cosmetici.
 Scheda da pubblicare

ANALISI CLINICHE
ANALISI CLINICHE E CHIMICHE
DOTT. SSA SCIUTO ROSA
 Dosaggi ormonali - Test tiroidei - Markers epatite e tumorali - Celiachia - Test allergici. Prelievi a domicilio gratuiti. Via A. Cirrione, 10 - Tel. 091 362166
 Scheda pubblicata nel n. 13 a pag. 6

ANDROLOGIA
PROCREAZIONE ASSISTITA DEMETRA
Dir. san. Dott. C. Cimino
 Terapia dell'impotenza maschile - Sterilità maschile - Esame seminale - Ecografia testicolare - Varicocele maschile - Flussimetria Doppler scrotale. Via A. Pacinotti 34 - Palermo - Tel. 091 6810876/6820044 - www.centrodemetra.it
 Scheda pubblicata nel n° 15 a pag. 7

ASSISTENZA IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA ASSISTENZA DOMICILIARE
 Assistenza anziani, malati, disabili - Servizio teleassistenza: farmaci a domicilio, consegna della spesa, riordino e piccole pulizie della casa. Via G. Pitre 164/A - Palermo - Tel. 091 7026528 - cell. 329 9504144 - www.paginegialle.it/irispa - e-mail: irisoperativa@libero.it
 Scheda pubblicata nel n. 12 a pag. 7

CHIRURGIA PLASTICA
DOTT. FABRIZIO CASTAGNETTA
 Chirurgia estetica, medicina estetica, laserterapia, dermatologia e vascolare, ringiovanimento cutaneo con fraxel laser. Via Libertà 195 - Palermo - Tel. 091 6251319 - cell. 347 06 90 768 - Via Di Santa Costanza - 21 - Roma - Tel. 06 86580024
 Scheda da pubblicare

FISIOTERAPIA
GIUSEPPE PIRROTTA
Fisioterapista
 Terapie domiciliari. Effettua kinesioterapia e terapie strumentali. Per appuntamento telefonare al n. di cell. 338-8158379
 Scheda pubblicata nel n. 11 a pag. 7

■ LA SALUTE INTORNO A NOI



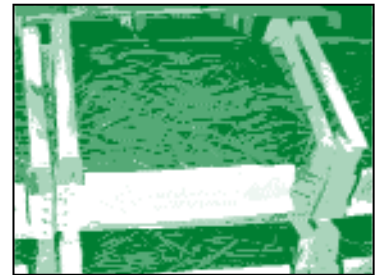
Raccolta differenziata: un piccolo sforzo per un grande risultato

Se fossimo al Ministero della Pubblica Istruzione consiglieremo al ministro di inserire una nuova materia da insegnare nelle scuole elementari: "Educazione ambientale". Sì, perché è proprio i bambini che bisogna iniziare al rispetto dell'ambiente, a capire quanto sia importante non degradare con le nostre abitudini il mondo che ci circonda. Ciascuno di noi può e deve fare qualcosa, basterebbe iniziare dal nostro ambiente ristretto: la casa. Differenziare la raccolta dei rifiuti è sicuramente il primo passo importante. I giornali, già letti, se raccolti e riciclati, possono dare vita a nuova carta ed evitare quindi l'abbattimento di altri alberi per produrla; le bottiglie di plastica possono diventare quei graziosi carrelli che vediamo da un po' di tempo nei supermercati; e che dire delle lattine di alluminio? Lo sapevate che ne bastano venti per realizzare una caffettiera? I rifiuti alimentari adeguatamente elaborati diventano un ottimo concime. Diamoci da fare: è un nostro dovere! La raccolta differenziata comporterà, forse, un po' di fatica, ma sicuramente ne varrà la pena.

Francesca Abbate

■ MANGIARBENE

I dietetici fagiolini



Con questo nome generico vengono definiti i baccelli immaturi dei fagioli che vengono raccolti e consumati insieme con i semi ancora in embrione, molto prima della maturazione. Ricordate che i migliori sono quelli giovani, dal momento che sono teneri e privi di filamenti laterali. Verificate che siano di consistenza soda, ma morbida: spezzati, devono rompersi di netto e produrre un rumore secco. La buccia deve essere di colore brillante, priva di ammaccature o segni di muffa. Sono poveri di calorie, quindi adatti per diete dimagranti. Ricchi di vitamine A e C, il loro consumo è indicato in caso di anemia e diabete; ricchi di fibre, sono consigliati a soggetti affetti da stitichezza.

a cura dello Studio "Nutrizione e Dietetica"

FAGIOLINI E POMODORINI CILIEGINI ALL'AGLIO

Ingredienti (per 4 persone): 500 g di fagiolini verdi, 10 pomodori cilieginii, 6 spicchi di aglio, 1 cucchiaio di salsa Worcester, 1 cucchiaio di zucchero, olio extravergine di oliva, sale.

Preparazione: Iniziate dai fagiolini: eliminate le punte ed eventualmente anche il filo, tagliateli a metà diagonalmente. Lavate anche i pomodori. Sbucciate e tritate grossolanamente gli spicchi di aglio, fate scaldare l'olio in padella e fate saltare i fagiolini a fuoco vivace insieme al trito di aglio per cinque minuti circa, quando mancano 2-3 minuti fate saltare in padella anche i pomodori, poi aggiustate di sale, versate la salsa Worcester e lo zucchero, mescolate con un cucchiaio di legno, lasciate qualche altro minuto e togliete dal fuoco. Serviteli ben caldi.

segue "Consigliati" da pagina 6

GASTROENTEROLOGIA

DOSS. SERGIO PERALTA
Dott. SERGIO PERALTA
Dirigente Medico U.O. di Gastroenterologia ed Epatologia - Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle Cliniche 2, 091 6552186 - Studio, Istituto Medico, Via Notabartolo 35, 091 345029, Palermo
Scheda da pubblicare

GINECOLOGIA

PROCREAZIONE ASSISTITA DEMETRA
Dir. san. Dott. C. Cimino
Terapia della sterilità - Fecondazioni assistite - Ecografie ostetriche, ginecologiche e al seno - Colposcopia - Isteroscopia - Menopausa - Densimetria ossea. Via A. Pacinotti 34 - Palermo - Tel. 091 6810876/6820044 - www.centrodemetra.it
Scheda pubblicata nel n° 15 a pag. 7

MALATTIE INFETTIVE

DOSS. RAIMONDO GRACEFFA
Specialista malattie infettive del fegato già direttore malattie infettive Policlinico universitario di Palermo Via A. Cirrincione, 10 - Tel. 091542759 - cell. 337515050
Scheda da pubblicare

MEDICINA INTEGRATA

STUDIO PROGETTO MED.I.CO.
Medicina Integrata Complementare Dott. Palmeri
Flebologia, estetica, nutrizionistica, omeopatia, ecodoppler, meso-presso-terapia.
Via Terrasanta, 39-0917302828 www.

ANPEC

Associazione Nazionale Pedagogisti Clinici

Il pedagogista clinico è un professionista indirizzato al vasto panorama dei bisogni della persona di ogni età, della coppia o del gruppo e intende soddisfarli con tecniche proprie ed esclusive, capaci di originare nuove intese, ripristinare equilibri e abilità, vincere ostacoli, superare disagi psicofisici e socio-relazionali.

L'intervento di aiuto per soggetti in età prescolastica e scolastica trova orientamento a seguito di un percorso diagnostico ed è rivolto alle abilità espressivo-elocutorie, organizzativo-motorie, comunicativo-relazionale, apprenditive.

L'intervento di aiuto in favore di singoli adulti viene garantito da una diagnosi e dalla scelta di azioni che predispongono ad andare oltre il disagio fino a modificare positivamente le abitudini, le regole di vita e il comportamento.

Le coppie trovano nelle diverse tecniche, in uno spazio di incontro autentico, occasioni importanti per uscire dal disordine e dal caos relazionale, conoscere e affrontare i rischi e le delusioni esistenziali.

I gruppi rivolti a persone di tutte le età, rappresentano occasione di crescita, un momento per prendere coscienza del proprio corpo, ritrovare fiducia in se stessi, allontanare stress e ansia, acquisire un adeguato stile relazionale e comunicativo.

Altri interventi di aiuto sono rivolti all'orientamento scolastico e professionale, alla formulazione di itinerari educativi di aggiornamento/formazione per il personale delle scuole e per gli educatori presenti in enti pubblici e privati, al sostegno alla genitorialità.

Via Marchese Ugo, 56 - Palermo - cell. 3394249483

Sito web: www.pedagogiaclinica.com

studioprogettomedico.it
Scheda pubblicata nel n° 14 a pag. 7

NEFROLOGIA

DOSS. RAFFAELE ANNALORO
Specialista in Nefrologia medica. Riceve per appuntamento in piazza Europa

19/C - Palermo . Tel. 091 522991.
Scheda da pubblicare

OCULISTICA

CENTRO DIAGNOSTICO OCULISTICO SAS
DOSS. SSA M. ROSSELLA MACEDONIO
Accreditato con il S.S.N.

Via Villa Sperlinga 3 - Palermo - Tel. 091 346739 e-mail: centromacedonio@libero.it
Si riceve per appuntamento
Scheda pubblicata nel n. 10/2008 a pag. 7

ODONTOIATRIA

DOSS. GIUSEPPE NOCERA
Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia Via Massimo D'Azeglio, 9/B Tel. 091 343308
Scheda da pubblicare

PEDAGOGIA CLINICA



Centro di prevenzione, diagnosi e interventi d'aiuto alla persona di ogni età. Via M.se Ugo n.56 Palermo. Per appuntamento 339 4249483. www.pedagogiaclinica.com
Scheda pubblicata accanto

PSICOLOGIA

DOSS. SSA CONCETTA MEZZATESTA
Specialista Psicoterapia - tecnica E.M.D.R.
Consultazioni individuali e di coppia. Psi-codiagnosi e perizie psicologiche. Trattamento di depressioni, ansia e traumi psicologici. Via P.pe di Villafranca, 54. Tel. 091 7302923 - cell. 3470195627
Scheda da pubblicare

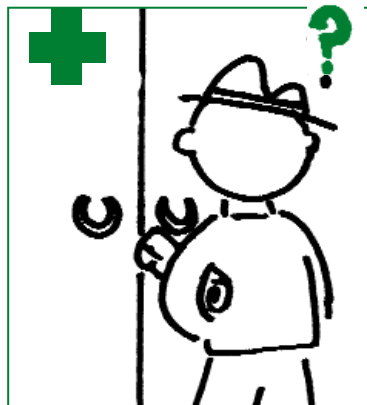
■ A PALERMO

Dal 19 al 26 aprile
 Cali R. via G. Roccella 251
 (S. Rosalia) - tf. 091424071
 Del Castillo via del Manderino 3
 (Sferracavallo) - tf. 091530042
 Di Figlia L. via M. Marine 795
 (Acq. Corsari) - tf. 0916140132
 Orlando F. via N. Garzilli 56
 tf. 0916251593
 Rappa S. via Leoni 83
 (p. Don Bosco) - tf. 091362335
 Roxas G. via La Mantia 101 (c.so.
 F. Aprile) - tf. 0916511703
 Sferlazzo M. p.zza Porta Montalto
 6 - tf. 0916511868
 Simonetti D. via Roma 333 (Posta
 c.le) - tf. 091584067
 Ventimiglia B. via L. Da Vinci 319 -
 tf. 091408489
 Zasa v.le Strasburgo 306
 tf. 0916885445

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. 09152140
 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

Cerchi una farmacia?



Rivolgiti con fiducia
 al tuo farmacista
 territoriale.
 Troverai competenza,
 professionalità,
 gentilezza.
 Per informazioni
 collegati al sito
 della Federfarma:
www.federfarma.it

Lemarfarma s.p.a.
 distribuzione farmaci
 ricezione ordini 091 6517544 pbx 6 linee
AL SERVIZIO DEL FARMACISTA

Menni G. via Archimede 182
 tf. 091 320461
 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. 091206017
 Verga E. c.so Calatafimi 468
 tf. 091423785

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

■ IN PROVINCIA

Dal 20 al 26 aprile
■ A BAGHERIA
 Giambalvo G. via Dietro la Certosa
 37 - tf. 091 962683

■ A PARTINICO

Ricupati R.M. c.so dei Mille 121
 tf. 091 8782085

Dal 21 al 27 aprile

■ A CARINI

Ajello S. via S. Pietro 6
 tf. 091 866852

■ A CEFALU'

Vacanti D. via Vazzana 6
 tf. 0921 422566

■ A CORLEONE

Rizzo D. via San Martino 9
 tf. 091 8461147

■ A MARINEO

Schirò M. A. c.so dei Mille 93
 tf. 091 8725134

■ A MONREALE

Accetta L. sal. Garibaldi 32 - tf.
 091 6404432

■ A TERMINI IMERESE

Collurafici G. c.so Umberto e
 Margherita 47 - tf. 091 8141168

A.S.D.C. Dharma



Yoga
 Power Stretching
 Ginnastica dolce
 Tai-chi
 Ginnastica per la terza età

Via Sampolo, 258/260 Tel 3341883011

Progress

Assicurazioni Spa Gruppo Middlesea

POLIZZA INFORTUNI "PREVENZIONE PERSONA"

E' una copertura assicurativa che offre un ventaglio di garanzie nell'ambito di ogni specifica esigenza:

- durante lo svolgimento delle proprie attività lavorative (rischi solo professionali)
- durante il tempo libero (rischi extra-professionali)
- durante l'intero arco delle nostre giornate (rischio 24 ore su 24)

Le principali garanzie riguardano i casi di: evento letale causato da infortunio, invalidità permanente, inabilità temporanea, rimborso delle spese ospedaliere per interventi chirurgici e prestazioni specialistiche conseguenti a infortunio e/o malattia, indennità giornaliera da ricovero ospedaliero per infortunio e/o malattia, rimborso delle spese conseguenti a eventuale decesso, indennità giornaliera per ingessature e/o sutura.

La particolare estensione di alcune garanzie anche agli eventi legati alla malattia rende questa copertura assicurativa veramente completa e competitiva.

POLIZZA "SANITARIA"

E' una copertura assicurativa totale che garantisce il rimborso di tutte le spese relative a: interventi chirurgici, anche ambulatoriali; onorari dei medici (chirurgo, aiuto, assistente, anestesista, ecc.); esami diagnostici; rette di degenza; assistenza medica, infermieristica e fisioterapica; trasporto in ambulanza; convalescenza successiva a ricovero anche presso il proprio domicilio; parto cesareo e parto naturale; diaria giornaliera; visite mediche domiciliari.

La polizza sanitaria della Progress Assicurazioni S.p.A. offre la possibilità di estendere le coperture assicurative anche all'intero nucleo familiare.

L'UNICA SOCIETA' DI ASSICURAZIONI DEL SUD
 CON SEDE A PALERMO

Sede legale e direzione generale: p.zza Alberigo Gentili 3 - Palermo
 Telefono 091 286111 pbx - Fax 091 6258131



publiscicula
 AZIENDA GRAFICA EDITORIALE
 LIBRI
 GIORNALI
 RIVISTE
 DEPLIANTS
 EDIZIONI DI LUSO
 POSTER
 MANIFESTI
 Arti Grafiche & Stampa
 SICILIATEMPO
 Via Pietro Nenni, 3 • 90148 Palermo
 Tel. 091.6883828 PBX • 091.6883791
 Fax 091.8883829
publiscicula@libero.it
publiscicula@publiscicula.it
www.publiscicula.it