



nell'attesa...

www.nellattesa.it

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

EDIZIONI ASSOCIAZIONE NELL'ATTESA - DIRETTORE RESPONSABILE FRANCESCA PATANE'



è la nostra banca
Perché?
Scopri lo anche tu.
Lo sportello
è in via Catania 24
tel. 091 7829770

anno 3 n. 23 - 9 giugno 2008

PUNTI DI VISTA

Il mio migliore amico

Si avvicina l'estate. Imperiosamente ne cogliamo gli odori e gli umori. Qualcuno con gioia, altri meno, sentiamo avvicinare il grande caldo. Il momento è buono per fare qualche progetto di viaggio, magari molto ...ino.

Come sempre pensiamo alla nostra libertà, come il liberarsi dai consueti pesi quotidiani.

Ma subito facciamo i conti con genitori non autosufficienti, con ragazzi che non approvano le nostre scelte, coi colleghi di lavoro, coi turni di ferie e, non ultimo, con il cane!... Sì, perché quello che amiamo definire come il nostro migliore amico scopriamo, solo in questo periodo dell'anno, essere per noi un peso, un impedimento nei confronti della nostra libertà. In albergo non lo porti, in campeggio neppure, in aereo soffre, in treno non viaggia, in nave sta in gabbia per troppe ore... Nei negozi è mal sopportato, poi ringhia, abbaia, molesta.

Insomma, perché mai accettare questi problemi in un periodo di disimpegno e di estiva leggerezza? Il mio cane continua a fissarmi allegro negli occhi, come a dire: "Beh, dove andiamo di bello, padrone mio?..."

Mai sognerebbe, mai potrebbe passargli per la mente che io, proprio io, possa tradirlo.

Per lui io sono tutto: l'aria, l'affetto, la sicurezza, il gioco, il tempo che scorre, l'attesa, la gioia. Se mai possa esserci metafora del rapporto che una creatura intesse col divino, questa somiglia al modo che ha il mio cane di accucciarsi felice e spensierato sui miei piedi.

Io, l'uomo, l'essere pensante, il principe della terra, colui che raccoglie i segreti dei cuori e riempie il cielo delle frasi più belle, delle armonie celestiali, dei progetti più arditi...io, l'uomo, sono capace di gettare il mio cane in mezzo alla strada.

Per la mia voglia di vacanza, libera e spensierata, tradisco chi mi adora, abbandono il mio cane lontano lontano, dove penso non possa più trovare la strada per la mia casa...per la sua casa.

Diego Fabra

L'Aiuto Materno prossimo riferimento per i malati cronici

E' stato presentato al complesso monumentale della "Vignicella" di Palermo dal direttore generale dell'Ausl 6 Salvatore Iacolino il progetto di rifunzionalizzazione e riconversione di un'area del Presidio Ospedaliero Aiuto Materno di via Lancia di Brolo, che sarà dedicata ai pazienti con patologie a lungo termine.

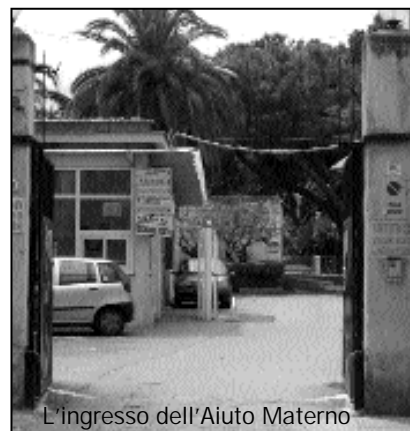
Il Presidio - che ricade nel Distretto 12 e che opererà in collaborazione con i Poliambulatori di via Turrisi Colonna e via del Granatiere

per invio diretto dei medici di famiglia e degli ospedali - affiancherà alle attività già svolte di Pediatria, Ginecologia e Radiologia un "Servizio integrato specialistico sovradistrettuale" (Siss) ad alta complessità assistenziale per accompagnare i pazienti cronici con pluripatologie verso le terapie farmacologiche indicate dagli specialisti senza dover ricorrere a continui ricoveri ospedalieri.

Il Presidio si avvarrà di un centro di accoglienza che registrerà i pazienti e li affiancherà a infermieri qualificati e ad un team multiprofessionale, che continuerà l'assistenza anche a domicilio.

Quali sono i risultati attesi da questa operazione? Ridurre i ricoveri impropri, ridurre l'uso improprio di farmaci e garantire piani di cura personalizzati e programmati: un obiettivo in linea con il Piano nazionale di prevenzione e con il Piano di rientro regionale che impone un processo di razionalizzazione dei costi senza penalizzare, però, gli assistiti.

Nella nuova organizzazione saranno coinvolte anche le associazioni dei pazienti, il volontariato e il privato sociale.



L'ingresso dell'Aiuto Materno

Francesca Abbate



ISTITUTO NAZIONALE
ASSISTENZA PREVIDENZIALE
TEL. 346 0424837

1° centro in Italia dal 1973 specializzato
nelle pratiche per il riconoscimento di
INVALIDITA' CIVILE-INPS-INAIL

tempi estremamente ridotti

CONSULENZA
ED ASSISTENZA
AMMINISTRATIVA
E GIUDIZIARIA
TOTALMENTE
GRATUITA*

- PRESENTAZIONE DOMANDE AMMINISTRATIVE (INPS-INAIL-INPDAP)
- RECUPERO VECCHIE PRATICHE INEVASE O RESPINTE
- CONTENZIOSO GIUDIZIARIO
- RICOSTITUZIONE PENSIONE (RISCHIO AMIANTO)
- ASSISTENZA DOMICILIARE MEDICA E LEGALE
- IN CASO DI INTRASPORTABILITA' DELL'ASSISTITO
- CONSULENZA MEDICA
- PRESENTAZIONE DOMANDE (PENSIONI, INDENNITA', BENEFICI ASSISTENZA, PRATICHE PER MINORI E PORTATORI DI HANDICAP)
- RICORSI GIUDIZIARI E AMMINISTRATIVI

* non è dovuto alcun compenso o parcella dall'assistito nella fase amministrativa e giudiziaria, sia in caso di esito positivo che negativo della pratica

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TELEFONA AL
O VISITA IL SITO WEB WWW.INAP.IT

Numero Verde
800 134 851
Lunedì - Venerdì 9.30-13.30/14.30-18.30

CONDIZIONI CHE NON
TEMONO CONFRONTI

ti diamo NETTI
€ 25.000

paghi solo rate fisse
di € 286
nessun costo aggiuntivo

Numero Verde Gratuito
800 26 77 09
ASSIFIN ITALIA s.r.l.

Corso Tukory, 250 - PALERMO

L'esempio al riferimento è una C.C.S. di 120 rate sip. analise con 48 anni di età / 10 di servizio
TUA AL. 1950 8,5. TUAPO 8,7. Invalideremo 111,8 8738 m. a. Dobbio presentando validità oltre di 2.10587581.
Fregli analise degli istituti erogatori. In sede - Legge 388/1991 e successive integrazioni.

Prevenzione, educazione, cura dell'ambiente: tre alleati per combattere il cancro

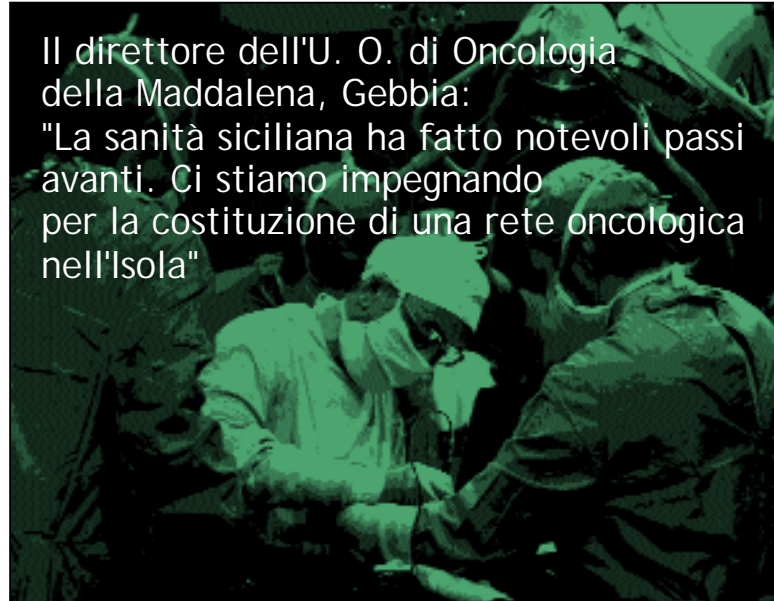
Direttore dell'Unità Ospedaliera di Oncologia del Distretto ospedaliero "La Maddalena", Vittorio Gebbia, è da anni in prima linea nella battaglia contro il cancro. Allo specialista abbiamo rivolto alcune domande sui progressi della scienza nella lotta contro i tumori.

Prof. Gebbia, i farmaci biologici sono la nuova frontiera delle terapie oncologiche collaterali e costituiscono un vero e proprio salto in avanti rispetto a quanto ottenuto finora. Questo permette di evitare terapie tossiche e di scegliere per ogni paziente le cure migliori?

Risultati promettenti e inaspettati, contro tumori "difficili" come quelli del polmone e del colon sono stati ottenuti grazie ai farmaci biologici in grado di bloccare uno o più meccanismi alla base della crescita del cancro. Anche se non sono assolutamente privi di effetti collaterali, questi farmaci devono necessariamente essere utilizzati insieme a quelli convenzionali e danno al paziente la possibilità di avere una qualità di vita migliore.

Sono indirizzati a un tipo specifico di tumore maligno?

Absolutamente no, la ricerca è svolta a 360 gradi anche se l'attenzione è necessariamente rivolta ai tumori più diffusi e cioè quello al polmone, al colon-retto e alla mammella.



Si è scoperto che c'è un nesso tra i sistemi che regolano la coagulazione e la comparsa del cancro. Può illustrarci questo processo?

Tra l'insorgenza di problemi nella coagulazione e lo sviluppo di neoplasie c'è sicuramente un nesso, questo è ampiamente dimostrato. L'insorgenza della patologia se è, come spesso purtroppo accade, associata a un cattivo stile di vita, e al fumo di sigaretta prepara il terreno ideale all'insorgenza della malattia tumorale.

La prevenzione, quindi, resta l'unico intervento d'obbligo e del quale bisogna parlare a tutti i livelli educativi, in primis

a scuola, dove i nostri bambini e i nostri giovani devono imparare a "vivere"...

Purtroppo le nostre istituzioni scolastiche non fanno abbastanza. La prevenzione e la diagnostica preventiva sono le uniche armi efficaci per debellare questo flagello che colpisce ogni anno un gran numero di degenti ospedalieri. Sensibilizzare ed educare ad una corretta alimentazione e ad un corretto stile di vita dovrebbero essere discipline scolastiche fin dai primissimi anni di vita.

Il nesso tra l'insorgenza di tumori e l'aumento di malformazioni congenite nei feti, nelle popolazioni a rischio, in

zone fortemente industrializzate è ormai un dato scientificamente dimostrato. Come evitare che il degrado ambientale continui a creare vittime innocenti?

Il degrado ambientale è sicuramente una delle concause dell'insorgenza di tumori. Le zone particolarmente degradate, a causa dei rifiuti tossici provenienti da scarichi industriali, sono a rischio, ma è difficile stabilire quanto sia alta la percentuale di rischio soprattutto se tutto questo è associato a un cattivo stile di vita. Dobbiamo renderci conto che cambiare abitudini vuol dire salvare la propria vita.

Negli ultimi anni si è registrato in Sicilia un notevole decremento delle migrazioni sanitarie verso le regioni del nord. Questo è senz'altro dovuto alla nascita dei Centri d'eccellenza. Cosa possiamo dire per rassicurare chi ancora non ha fiducia nella sanità siciliana?

La sanità siciliana ha fatto notevoli passi avanti il nostro centro ha ad oggi 32 protocolli di ricerca attivi e ci stiamo impegnando per la costituzione di una rete oncologica in Sicilia. Questo vuol dire fornire servizi che non hanno alcunché da invidiare ai maggiori Centri internazionali, purtroppo le richieste sono tante. Il nostro Centro, per esempio, ha 90 posti letto e ne sarebbero necessari più del doppio.

Enza Bruno



settimanale di formazione e informazione medica per il paziente in sala d'attesa
Registrato presso il Tribunale di Palermo al n° 11 del 29 maggio 2006
Edizioni Associazione Nell'attesa - Palermo

Direttore responsabile
Francesca Patané (direttore@nellattesa.it)

Direttore editoriale
Diego Fabra (diego@fabra.biz)

Vicedirettore
Maurizio Crispi (maurizio.crispi@nellattesa.it)

Comitato etico scientifico
Maurizio Crispi coordinatore
Silvio Buccellato servizi sanitari pubblici
Gaetano Cappellino diagnostica per immagini
Angelo Coco prodotti farmaceutici
Salvatore Crispi diverse abilità
Monica D'Addelfio pedagogica clinica
Diego Fabra medicina Interna
Mariella Falzone area sociale
Sergio Fasullo cardiologia
Nicola Garofalo endocrinologia
Paola Geraci ginecologia
Aurelio Guarraci veterinaria
Rosanna Imburgia geriatria
Salvino Leone bioetica
Milena Lo Giudice pediatria
Vincenzo Sortino med. naturale e omeopatia
Silvia Tinaglia psicologia
Maria Rosaria Valerio oncologia

Redazione - progetti - impaginazione
Sergio Fabra (sergio@fabra.biz)
Rita Patti (rita.patti@nellattesa.it)

Segreteria
Elda Domina (redazione@nellattesa.it)

Collaboratori
Alessio Fabra (alessio@fabra.biz)
Amir Abbara (amir@nellattesa.it)

Vignettisti
Pienrico Di Trapani (picoditrapani@libero.it)

Responsabile commerciale
Marcello Barbaro (commerciale@nellattesa.it)

Pubbliche relazioni
Francesca Abbate (f.abbate@nellattesa.it)

Studi e ricerche
Roberto Gambino (robertogambino@nellattesa.it)

Distribuzione
Giusy Noto (redazione@nellattesa.it)
Francesco De Roberto (redazione@nellattesa.it)

Redazione, uffici: **Via Vaccarini 36 - Palermo**
Tel/Fax: **0916255846** web: **www.nellattesa.it**
e-mail **redazione@nellattesa.it**

Stampa
Publicicula s.r.l. Via Pietro Nenni 3 Palermo (www.publiciculasrl.it)

Questo numero è stato stampato in 10.000 copie
Chiuso in tipografia il 3 maggio 2008
Pubblicità inferiore al 50%
Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.
E' consentita la riproduzione citandone la fonte

"Baffino" è stato realizzato da **Letizia Romano** (romano.letizia@libero.it)

A.S.D.C.
Dharma

Yoga - Power Stretching
Ginnastica dolce - Tai-chi
Ginnastica per la terza età
Via Sampolo, 258/260 Tel 3341883011

presidi ortopedici pronti e realizzati su misura
esame baropodometrico computerizzato gratuito
presentando copia del giornale nell'attesa...

alimenti per celiaci e diabetici

farmacia Ferro
ortopedia

Partinico, via Principe Amedeo 18-23 tel. 091 8781237
Castelvetrano, via B. D'Acquisto tel. 0924906998

CONVENZIONATO AZ. USL - INAIL

L'ascolto che cura il cancro

Il tumore cambia la vita del paziente. Il sostegno psicologico lo può aiutare a convivere con il male

Parlare di cancro fa paura, non solo perché continua a fare morire nonostante gli ampi successi della medicina, ma soprattutto per il modo in cui è entrato nell'immaginario sociale e che ne ha fatto il simbolo della più grande sventura che può capitare ad un individuo e alla sua famiglia. La pericolosità percepita socialmente supera di molto quella associata alle patologie cardiache, che di fatto sono la prima causa di morte in assoluto nella nostra società.

Cosa contribuisce a dare questa fama negativa al tumore?

Succede spesso di sentire dire ad un paziente affetto da cancro, che la diagnosi gli ha cambiato letteralmente la vita, non solo in termini delle sue enormi difficoltà ad adattarsi ai "tempi" e alle conseguenze delle cure - e già questo non è indifferente -, ma anche nei termini di un profondo senso di vulnerabilità che la scoperta di avere un cancro gli ha instillato dentro.

processo patologico

Il tumore è un processo patologico che si manifesta all'interno delle cellule e degli organi, ma non può assolutamente essere considerato come una malattia del corpo e basta, riguarda sicuramente la persona nella sua interezza, perché queste cellule e questi organi sono dentro un individuo che produce pensieri, emozioni e sentimenti.

Il paziente oncologico è così doppiamente colpito, da una parte dal dolore del suo corpo che subisce le conseguenze della malattia e spesso anche delle terapie, dall'altra parte dalla sofferenza della sua psiche di fronte ai tanti cambiamenti esistenziali che coinvolgono le sue relazioni familiari, sociali e professionali, compresa la perdita della propria "illusione di immortalità". Quel filo che tiene insieme la percezione della vita si spezza, venendo a mancare il senso di continuità e di progettualità nel tempo, che è sì illusorio, ma che permette a ciascuno di noi di ammortizzare l'angoscia della propria finitezza. Il paziente oncologico comincia a vivere bloccato dentro un traumatico presente, il suo futuro viene improvvisamente a mancare e così anche il senso al suo vivere.

Per tali ragioni, il soffrire di una malattia neo-

plastica, comporta inesorabilmente una condizione di disagio psicologico che, se non ascoltato, spesso finisce per trasformarsi in una vera e propria patologia psicologica che interferisce con il decorso della malattia aumentandone i costi emozionali e sociali, per non parlare del conseguente malessere che finisce per interessare anche i suoi familiari.

assistenza psicologica

L'assistenza psicologica al paziente oncologico non può più essere considerata un lusso che solo poche e più avvedute strutture oncologiche mettono a disposizione dei propri pazienti. Il paziente, così come i propri familiari, non possono essere lasciati soli di fronte a questa traumatica esperienza.

Gli strumenti medici messi a disposizione del malato sempre più all'avanguardia ed importanti, rischiano però di non essere sufficienti a migliorare la qualità di vita dei pazienti. Trattare anche le ripercussioni di carattere psicologico costituisce un momento importante nel processo complessivo delle cure del cancro.

Ma come può essere aiutato il paziente e i suoi familiari ad affrontare al meglio il loro grave stato di crisi?

Da circa dieci anni, all'interno del dipartimento di alta specialità oncologica La Maddalena, è presente un Servizio di assistenza psico-oncologica, dedicato ai pazienti della Clinica ed ai loro familiari, ma anche, attraverso un ambulatorio che fra breve sarà accreditato con il Sistema Sanitario Nazionale, a tutti quei pazienti che ne fanno richiesta.

Gli psico-oncologi del Servizio, cioè psicologi clinici specializzati nella cura del paziente oncologico, sono impegnati quotidianamente in un processo di ascolto professionale delle esperienze traumatiche portate dai pazienti e dai loro familiari. Spesso la richiesta iniziale è

Francesco Scarito

psicologo, psicoterapeuta, psico-oncologo responsabile del Servizio di Psico-oncologia del D. O. III livello La Maddalena

segue a pagina 4

inbox

Ottenute in laboratorio cellule cardiache funzionanti

Alcuni tipi di cellule del cuore, in particolare i cardiomiociti, le cellule endoteliali e le cellule muscolari lisce vascolari, sono state ottenute in laboratorio da un gruppo di ricercatori statunitensi, canadesi e britannici. Gli studiosi hanno adoperato cellule staminali embrionali e diversi fattori di crescita. Il risultato è stato promettente, almeno nei ratti malati di cuore. (Nature)

Chirurgia contro l'obesità e contro l'incontinenza

In America la popolazione degli obesi è sempre maggiore. Tra i problemi legati all'obesità è crescente e preoccupante il fenomeno dell'incontinenza, sia urinaria, sia fecale. Uno studio condotto sui soggetti operati di bypass gastrico ha dimostrato la diminuzione drastica di incontinenza urinaria (dal 67 al 37 per cento) e di quella fecale (dal 19 al 9 per cento) a distanza di un anno dall'intervento. (Obstetrics & Gynecology)

Nuova colonscopia virtuale

Una nuova tecnica non invasiva potrebbe dare un brutto colpo alla fastidiosa, ma necessaria colonscopia, fondamentale mezzo diagnostico che introduce mediante endoscopia una videocamera lungo il colon. Basterà insufflare aria per via rettale ed eseguire immagini Tac ad alta risoluzione per consentire, mediante un software, di ricostruire per intero e in modo molto particolareggiato l'immagine dell'intera superficie del colon.

Testosterone nell'anziano: sì o no?

Uno studio olandese ha voluto provare se la supplementazione di testosterone nell'anziano possa ridurre i deficit principali, quali quelli cognitivi, i metabolici e quelli energetici. Lo studio è stato condotto su una popolazione di oltre trecento anziani, in condizioni omogenee. I risultati non sono a favore dell'ormone maschile, in quanto non si sono verificate significative miglioramenti dei parametri testati..



otifon
PREVENZIONE SORBITA

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

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

oticon
PEOPLE FIRST



Società Polisportiva Palermo Ass.

Presidio ambulatoriale di recupero e riabilitazione funzionale

Polisportiva Palermo

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

Concludiamo il nostro "viaggio tra le stelle" presentando gli aspetti zodiacali legati alla salute e la dieta più appropriata per i segni di terra e d'acqua. Cominciamo con quelli di terra.

Il Toro è un segno di terra e odia le diete perchè è golosissimo (è dominato da Venere). Sono interessati il collo, la gola, la faringe, la laringe, le corde vocali, la tiroide, le vertebre cervicali e gli organi femminili pertanto l'alimentazione deve essere ricca di iodio e povera di zuccheri.

Un esempio di dieta base:
colazione: 100 g. di latte scremato, 1 cucchiaino di miele, caffè

pranzo: una piccola porzione di pesce lessato o a vapore, 1 cucchiaino di olio d'oliva, limone; 1 patata lessa; frutta fresca di stagione

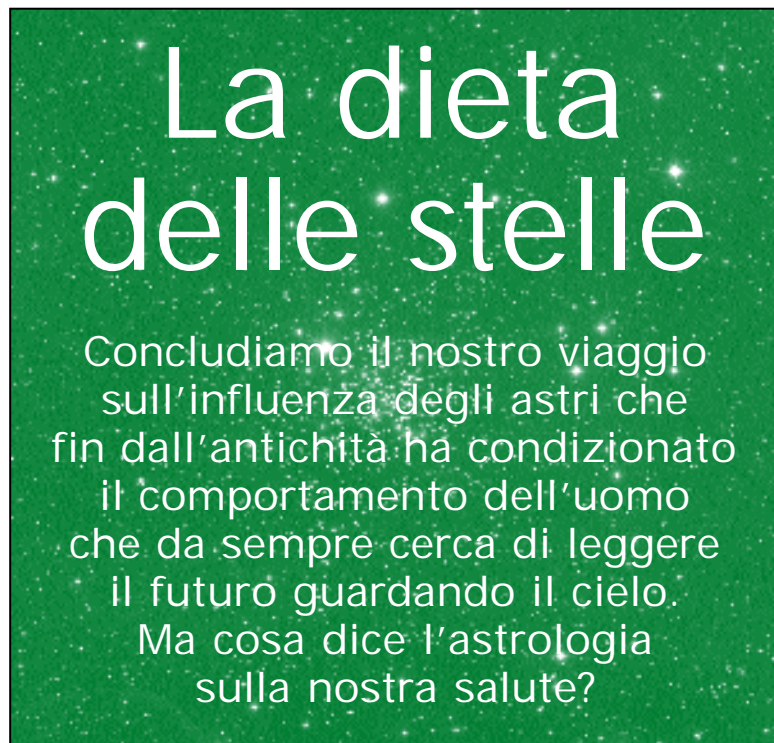
cena: minestrone di verdure o in alternativa zuppa di pesce; frutta di stagione.

La Vergine (segno di terra) ha la fissazione delle diete e spesso è sottopeso. Sono interessati l'addome e tutti gli organi preposti all'eliminazione di scorie e tossine. E' un segno importante per l'equilibrio tra corpo e spirito (Mercurio domina la mente e l'analisi) e va soggetto a disturbi psicosomatici e stati anemici. La dieta dovrebbe essere varia e ricca di vitamina B12 e ferro e accompagnata da attività fisica per evitare i gonfiori addominali. Deve controllarsi la sera, quando, dopo una giornata ricca di pensieri e ragionamenti, il cervello, stanco, cede facilmente al cibo.

Un esempio di dieta:
colazione: poco latte parzialmente scremato; 30 g. di muesli; 1 cucchiaino di miele

pranzo: 70 g. di spaghetti al pomodoro (e basilico); 150 g. di insalata di pesce o pesce cotto al vapore; insalata mista

cena: 50 g. di pastina in brodo (o minestrone di verdure); 150 g. di vegetali ai ferri; 150 g. di verdure



a vapore.

Il Capricorno (segno di terra dominato da Saturno) pensa al cibo come necessità per alimentare il corpo pertanto non avrà difficoltà a seguire una dieta. Resiste alle tentazioni e predilige piatti poco elaborati. Sono interessati lo scheletro, il tessuto connettivo, i denti, la pelle, le ginocchia, la tiroide. Spesso mangia molto e con eccesso di condimento e finisce per impigrirsi e perciò dovrebbe fare più moto.

Un esempio di dieta:
colazione: the, biscotti secchi, 1 cucchiaino di miele

pranzo: 70 g. di spaghetti al pomodoro, con aromi e un cucchiaino di grana padano; 100 g. di carne alla griglia; frutta di stagione

cena: minestrone di verdure; 100 g. di fegato alla piastra; 100 g. di verdura cotta al vapore con 1 cucchiaino di olio d'oliva.

Concludiamo il nostro viaggio della salute secondo l'astrologia con i segni d'acqua.

Lo Scorpione (segno d'acqua) di solito non accusa problemi di peso, specialmente se fa del moto. Sono interessati gli organi della riproduzione, i caratteri sessuali secondari come il sistema pilifero, le ghiandole e gli ormoni sessuali, e ancora vescica e stomaco. L'alimentazione pertanto dovrebbe prevedere calcio, fosforo e vitamina E.

Un esempio di dieta:
colazione: 120 g. di yogurth magro; 100 g. di latte parzialmente scremato (anche con caffè); 1 cucchiaino di miele (o polline o pappa reale)

pranzo: minestrone di verdure oppure 80 g. di pasta al pomodoro (con basilico); 100 g. di mozzarella; 150 g. di insalata o verdure cotte al vapore; frutta di stagione

cena: 100 g. di carne oppure pesce; insalata a volontà; 1 fetta di dolce o una porzione di gelato.

Il Cancro (segno d'acqua) è molto influenzabile dai consigli della nonna, della zia o di altre figure definibili affidabili e sono spesso pigri e brontoloni. Sono interessati lo stomaco, la digestione, l'assimilazione, le mammelle, l'utero, le ovaie, il ciclo mestruale, ma spesso sono anche malati immaginari. La variabilità d'umore li porta a dimagrire o ingrassare in poco tempo. E' consigliabile una dieta povera di grassi e fritti. I frequenti gonfiori addominali, la stipsi e la ritenzione idrica dovrebbero essere prevenuti col consumo generoso di verdure e pesce.

Un esempio di dieta:
colazione: caffè o the leggeri; 1 yogurth con frutta fresca
pranzo: insalata mista abbondante (con tonno al naturale, 30 g. di riso, 100 g. di peperoni ecc.), 1 cucchiaino di olio d'oliva, succo di limone

cena: 30 g. di pastina in brodo o in minestrone di verdure con parmigiano; carne alla griglia; 100 g. di verdure lessate o a vapore.

I Pesci (segno d'acqua) sono dei golosi che fanno pasti completi dall'antipasto al dolce, il tutto inaffiatato abbondantemente da buon vino. E spesso annegano nel cibo i loro problemi esistenziali. Sono interessati il midollo, le ghiandole lacrimali, gli arti inferiori e i piedi. La dieta dovrebbe essere varia, priva di fritti, grassi cotti e alcool, e con prevalenza di verdure.

Un esempio di dieta:
colazione: 100 g. di frullato di frutta, o carote o sedano; 2 biscotti secchi

pranzo: 100 g. di carne alla piastra; 100 g. di carote e zucchine crude in insalata; 30 g. di pane integrale

cena: minestrone di verdure con fagioli (grana padano); 1 uovo alla coque; frutta cotta senza zucchero.

Infine per tutti i segni ricordiamo di bere giornalmente almeno 1,5-2 litri di acqua non gasata. (2 - fine)

Giorgio Chiummo

segue da pagina 3

Desiderata Salute

30' minuti
di **Informazione su Salute & Sanità**
dalla parte del **Cittadino...**
con **Emilio Galbo**
Ogni Sabato alle 23,45
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**

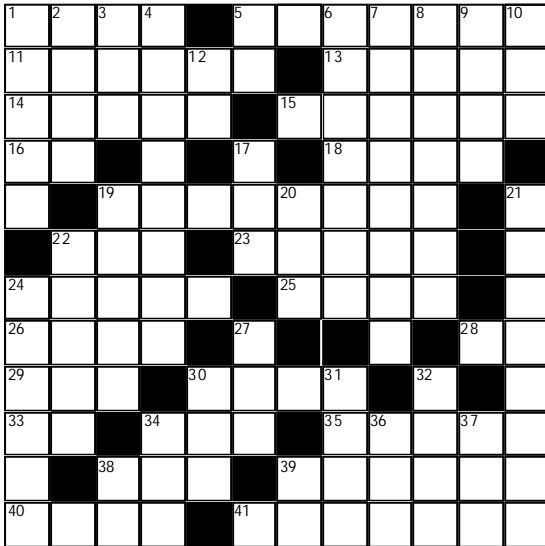
L'ascolto che cura il cancro

quella di uscire da una sorta di solitudine emozionale che si sono trovati a vivere dal momento in cui il medico gli ha comunicato lo stato di malattia.

Talvolta questa esperienza è talmente dolorosa che non può essere condivisa con nessun familiare o amico, perché si teme di addolorarlo con qualcosa che si pensa essere intollerabile. Questo finisce per creare una comunicazione affettiva caratterizzata dal senso di solitudine ed incomprensione che stabilisce, se non addirittura, aumenta l'effetto traumatico dell'evento malattia.

Attraverso un lavoro di counseling psicologico, i pazienti ed i propri familiari, sono aiutati ad uscire dal "segreto emozionale" e a trovare soluzioni più adatte e funzionali rispetto all'esperienza della malattia. Talvolta questo processo di assistenza si trasforma in una vera e propria psicoterapia del "cancro" con la finalità di agevolare il paziente nel recupero di nuovi significati alla propria esistenza, permettendogli così una delicata ripresa dall'ansia e dalla depressione che appesantisce e spesso aggrava il proprio stato di malattia oncologica. (f. s.)

a cura di Rita Patti



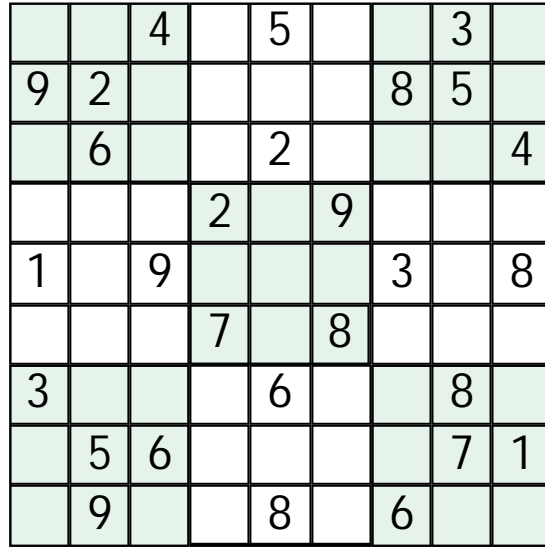
ORIZZONTALI:

1 La santa da Cascia **5** Un ponte lungo 13,5 km la unisce a S. Francisco **11** Casa torinese di auto da corsa **13** Arcipelago italiano di natura vulcanica **14** Pianta sacra a Venere **15** Fissa la nave sul fondale **16** Brescia sulle auto **18** Attraversa il Portogallo e bagna Toledo e Lisbona **19** Prese in giro **22** Nello stesso luogo **23** Personaggio di Dragonball **24** Lo era Onassis **25**

Lago nordamericano **26** Vi crescono le more **28** Precede il do **29** Prefisso per uguale, medesimo **30** Il regista di "Le mani sulla città" **33** Negazione **34** Un topo a Parigi **35** Un Maradona del calcio **38** Copricapo turco **39** Capitale del Libano **40** Un plantigrado **41** E' letale.

VERTICALI:

1 Personaggio interpretato da Stallone **2** Grosso uccello di palude **3** Tribunale Amministrativo Regionale **4** Creatori, ideatori **5** Lo fanno i bambini **6** Stato americano **7** Affitta case **8** Lampade luminosissime **9** Un De famoso attore americano **10** Lo era Minerva **12** La fine di tutto **17** Ottobre in breve **19** Scrisse La coscienza di Zeno **20** La regina madre di Akhenaten **21** Reagisce ai veleni **22** Rabbioso **24** Uno statunitense per i messicani **27** Buoni del Tesoro **30** Il Degan del grande schermo **31** Può essere geniale **32** Regno Incas **34** Colpevole **36** Le pari di vitigno **37** Gazzetta Ufficiale Regionale **38** Iniziali di Schubert **39** Alla fine di alibi



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

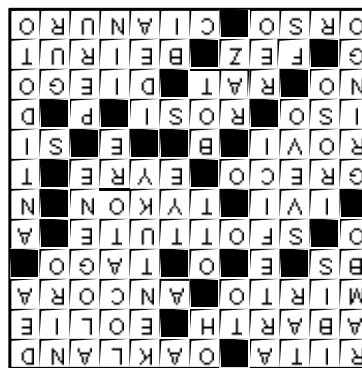
E' un'azione solo in apparenza banale: o semplice. In realtà si tratta di una palestra che stimola le cellule mentali e permette di mantenere un ottimo stato di forma, a venti come a novant'anni...e oltre.

COME GIOCARE A SUDOKU

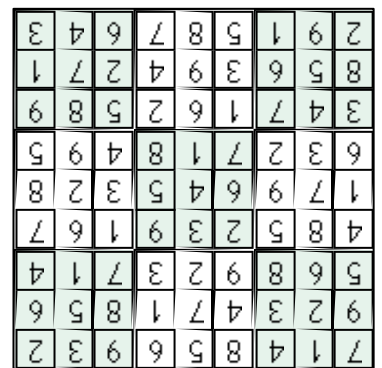
Si devono disporre le cifre da 1 a 9 in una griglia quadrata di nove caselle per lato suddivisa in altrettanti riquadri, in maniera che in ciascuna riga, colonna e sezione ogni cifra compaia una sola volta. Per dare al solutore un punto di partenza, alcune caselle sono già riempite: la loro quantità 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



sala d'attesa di Mariella Falzone e Pierrico Di Trapani

Ci vediamo lunedì

No, lunedì staiu mali

Davvero? E come fa a saperlo?



Studio Nutrizione e Dietetica

perché il tuo corpo non sia solo un peso per appuntamento telefonare al numero 334 9479347

DOTT. VINCENZO SORTINO

Specialista in Nefrologia, Omeopatia, Omeomesoterapia per trattamento di cefalee, cellulite, dolori articolari

Via Maggiore Toselli, 85 - Tel. 0916269711- cell. 347 5143449

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

redazione

Il Centro Studi di Medicina Integrata



Il Ce.S.M.I. ha lo scopo di diffondere e promuovere la salute psicofisica e la salute dell'ambiente

Il Centro Studi di Medicina Integrata (Ce.S.M.I.), ha lo scopo di diffondere e promuovere la salute psicofisica e la tutela dell'ambiente. Medicina integrata è un termine scelto per indicare che l'ampliamento della conoscenza dell'arte medica con altri validi metodi diagnostico-terapeutici come la medicina tradizionale cinese (Mtc), l'omeopatia, la psicologia umanistica, le arti-terapie ecc, permette di intervenire in maniera più completa nel processo di guarigione del paziente che è un'unità biopsicofisica.

Il Ce.S.M.I. attraverso incontri pubblici si rivolge a tutta la popolazione con il fine d'informare sui metodi diagnostico-terapeutici di uso convenzionale e non convenzionale enunciandone vantaggi e svantaggi, sensibilizzare alla salute attraverso la prevenzione della malattia e l'acquisizione di un sano stile di vita, conoscere ed integrare la malattia in un percorso educativo di conoscenza di sé.

Il Ce.S.M.I. promuove lo sviluppo delle risorse umane dell'individuo sano o ammalato, la formazione degli operatori sanitari, socio-sanitari, educatori attraverso:

- attività esperienziali educativo-formative di gruppo (psicodramma, artiterapie, educazione alimentare ed ambientale, educazione alla conoscenza di sé, riequilibrio psicofisico con shiatsu e qigong);
- seminari di formazione e aggiornamento professionale della psicologia e medicina non convenzionale;
- cooperazione progettuale con istituzioni pubbliche e/o private in ambito salutistico;
- consulenze medico-psicologiche (medicina cinese, omeopatia, psicoterapia, psicodramma, psicologia e arteterapia, danzaterapia, musicoterapia, drammaterapia) e pratiche di shiatsu, qigong, naturopatia, iridologia, kinesiologia.

Il Ce.S.M.I. offre ai professionisti che ne condividono le finalità, uno spazio formativo e/o ad uso professionale all'intermo dei propri locali, ed ha inoltre il piacere di estendere la cooperazione nell'ambito formativo medico-psicologico con altri medici, psicologi, terapeuti.

Gabriella Pravata

dermatologa agopuntrice, presidente CeSMI

La migliore assistenza per i nostri anziani

I centri di assistenza ascoltano ogni giorno voci al telefono di figli adulti che raccontano con toni accorati storie familiari sempre uguali eppure sempre diverse che ruotano attorno a quegli esseri così orgogliosi, testardi, egoisti, immensamente fragili e tanto amati che sono gli anziani. Genitori, nonni, zie zittelle che in passato hanno dedicato la loro vita ai propri cari e che adesso hanno tanto bisogno d'aiuto. Ecco che allora si pone il problema di "restituire" a queste persone un po' delle attenzioni, delle cure, del sostegno che loro ci hanno dedicato. Che fare? Si comincia col chiedere ad amici, colleghi, conoscenti che già hanno affrontato situazioni simili e il primo pensiero va alla "badante" che, con una convivenza e con un prezzo sicuramente sostenibile sollevi dall'obbligo e dal peso dell'assistenza. Ma prima di prendere una decisione in tal senso ci si dovrebbe mettere nei panni dell'anziano e chiedersi se nella sua particolare condizione è la scelta appropriata.

Ci si dovrebbe chiedere, ad esempio, se l'ottantenne signora con seri problemi di memoria può avere un minimo di dialogo con una straniera che non conosce la lingua e tanto meno il dialetto, ci si dovrebbe domandare se non si accentua il disorientamento che già l'affligge quando con lo sguardo sperduto cerca una conferma sulla propria identità alla persona che ha più vicino e questa non capisce nemmeno cosa vuole sapere.

Forse non è ancora abbastanza conosciuta la figura professionale dell'assistente domiciliare che è una qualifica che si consegue con la frequenza di un corso di formazione e il superamento di un esame. Corso che prevede fra



l'altro, un valido tirocinio svolto sul campo.

Gli assistenti domiciliari (uomini o donne) spesso fanno capo ad organizzazioni che assumono l'incarico di assistere un anziano in difficoltà fornendo servizi personalizzati, anche di poche ore, saltuariamente o continuativamente, aiutandoli, per esempio, nell'igiene personale quotidiana o nell'assunzione dei pasti o nell'assistenza ospedaliera.

I vantaggi di rivolgersi ad una struttura sono numerosi, pensiamo ad esempio alla certezza di ricevere un servizio svolto da persone competenti e di provata serietà e discrezione, persone che hanno scelto di fare questo lavoro conoscendone tutti gli aspetti.

Si possono avere prestazioni occasionali eliminando l'onere di una presenza continua, a volte ingombrante e spesso più costosa di quanto si era preventivato (si pensi al vitto, alle spese telefoniche, all'assicurazione ecc...). Nulla togliendo quindi alla figura della "badante" che ormai è consolidata nella nostra società, si dovrebbe centrare l'attenzione sull'anziano di casa nostra e scegliere per lui ciò che è meglio, non sottovalutando, oltretutto, il vantaggio fiscale derivante dalla detraibilità del costo dell'assistenza qualificata evidenziata nel quadro "E" del modello 730.

Angela Fiumarelli

responsabile Centro IRIS

GBM ITALIA

Consulenza per la collaborazione domestica ed assistenza
BADANTI - COLF - BABY SITTER

Via Notarbartolo 11 Palermo - cell. 3208064079 - e-mail: gbmitalia@yahoo.it



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

medeu.it

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

www.medeu.it

■ L'ANGOLO DELLA PREVIDENZA

Anoressia ed invalidità

La Sezione Lavoro della Corte di cassazione con sentenza n. 6500 del 2002 ha riconosciuto il diritto alla pensione di inabilità al lavoratore che si ammala di anoressia, patologia grave ed oggi sempre più diffusa.

In sede di valutazione della capacità di lavoro, ai fini della sussistenza del requisito sanitario per beneficiare di tale prestazione, si deve tenere conto del quadro morboso complessivo del soggetto e non delle singole manifestazioni morbose, considerate l'una indipendentemente dalle altre, nè può procedersi ad una somma aritmetica delle percentuali di invalidità relative a ciascuna delle infermità riscontrate, dovendosi, invece, compiere una valutazione complessiva delle stesse, con specifico riferimento alla loro incidenza sull'attività svolta in precedenza e su ogni altra che sia confacente, nel senso che potrebbe essere svolta dall'assicurato, per età, capacità ed esperienza, senza esporre ad ulteriore danno la propria salute.

Nella specie, la Corte di cassazione ha confermato la sentenza di merito che, in ipotesi di coesistenza di un'infermità indicata nella tabella approvata con decreto ministeriale 5 febbraio 1992 quale l'anoressia con altre non tabellate rientranti nel deficit intellettuale, sindrome psicopatologica ed eccessiva magrezza, aveva ritenuto, in una valutazione globale, che il complesso patologico giustificasse il riconoscimento della percentuale di invalidità necessaria ai fini del diritto alla prestazione richiesta.

Tale sentenza sottolinea la gravità di tale patologia in quanto ha origine nella psiche e non deve, invece, considerarsi una semplice malattia dell'appetito.

Eugenio Scotto Di Tella
avvocato

■ MANGIARBENE

La scamorza

La scamorza è un formaggio leggero e nutriente. È affine alla mozzarella, di cui condivide spesso la freschezza, ma si presenta in forme di pera con testina a pasta elastica uniforme. È adatta al consumo dietetico, specie se a pasta fresca, per l'elevato contenuto di latticino leggero. Quando è più consistente se ne adoperi di meno, ma in questo caso è prelibata gratinata alla brace. Ne esiste una forma affumicata, dal sapore deciso e accattivante.

a cura dello **Studio "Nutrizione e Dietetica"**

TIMBALLO DI PASTA, SCAMORZA E PUNTE DI ASPARAGI

Ingredienti (per 2 persone): 180 gr di pasta corta, 200 gr di punte di asparagi, 4 scamorzine affumicate, 6 gherigli di noci, 1 bicchiere di latte fresco, 3 cucchiaini di parmigiano grattugiato, qualche pezzetto di pane secco, 1 cucchiaino di zenzero in polvere, farina e burro q.b. per la besciamella, sale e pepe.

Preparazione: Pulite e lessate gli asparagi, quindi sminuzzate i gambi e tenete da parte le estremità delle punte. Preparate una leggera besciamella con il latte, il burro e la farina. Dopo 5-6 minuti unite le scamorze tagliate finissime e il parmigiano grattugiato e portate a bollire, quindi levate dal fuoco, regolate di sale e pepe e unite lo zenzero. Lessate la pasta e scolatela dopo metà cottura. Mescolate la pasta con i gambi degli asparagi e versate il tutto in una teglia precedentemente imburata. Coprite con la besciamella alla scamorza. Tritate insieme i gherigli di noce con il pane secco e cospargete il piatto con questo trito, infine terminate con le punte di asparagi che avete tenuto da parte. Infornate per 20 minuti a 180° controllando spesso la gratinatura per evitare di bruciarla. Servite caldo.

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. Cirrincione, 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. Pitrè 164/A - Palermo - Tel. 091 7026528 - cell. 329 9504144 - www.paginegialle.it/irispa - e-mail: iriscooperativa@libero.it

Scheda pubblicata nel n. 12 a pag.

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.

CHIRURGIA PLASTICA

DOTT. FABRIZIO CASTAGNETTA

Chirurgia estetica, medicina estetica, laserterapia dermatologica 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

GASTROENTEROLOGIA

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

DOTT. RAIMONDO GRACEFFA

Specialista malattie infettive del fegato già direttore malattie infettive Policlinico universitario di Palermo Via A. Cirrincione, 10 - Tel. 091542759 - cell. 337515050

Scheda pubblicata accanto

MEDICINA INTEGRATA

STUDIO PROGETTO MED.I.CO.

Medicina Integrata Complementare

Dott. Palmeri

Flebologia, estetica, nutrizionistica, omeopatia, ecodoppler, meso-pessoterapia. Via Terrasanta, 39-091 7302828 www.studioprogettomedico.it

Scheda pubblicata nel n° 14 a pag. 7

NEFROLOGIA

DOTT. 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 DOTT. 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 pubbl. nel n.10/2008 a pag. 7

ODONTOIATRIA

DOTT. GIUSEPPE NOCERA

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia Via Massimo D'Azeglio, 9/B Tel. 091 343308

Scheda da pubblicare

PEDAGOGIA CLINICA



ANPEG
Associazione Nazionale Pedagogisti e Psicologi

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 pubbl. nel n. 16/08 a pag. 7

PSICOLOGIA

DOTT. 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 Principe di Villafranca, 54. Tel. 091 7302923 - cell. 3470195627

Scheda da pubblicare

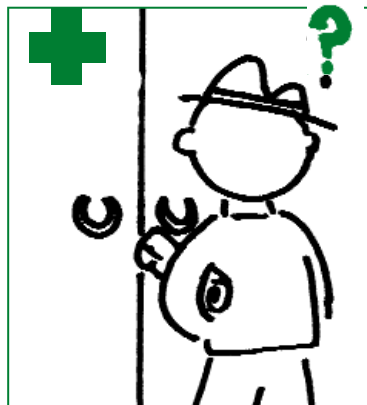
■ A PALERMO

Dal 7 al 14 giugno
 Agnello M. via P. Scaglione 10 (Brunelleschi) - tf. 091202821
 Cali D. via M.se Roccaforte 108 (ang. Cordova) tf. 091361887
 Cerasola M. L. via Don Orione 28 - tf. 0916379559
 Gerardi A. via Sardegna 25 (Nebrodi) tf. 091527437
 Mandala F. via Villagrazia 575 (Villagrazia) - tf. 091430168
 Policlinico via Rocco Jemma 54 (Policlinico) - tf. 0916165489
 Puglisi via XXVII Maggio 32 (c.dei Mille) - tf. 0916214441
 Spataro R. D. via Bordonaro 22 (Verg. Maria) - tf. 091544858
 Tedesco P. via Dante 15 tf. 091586775
 Teresi M. via Maqueda 13 tf. 0916162179
 Valerio C. via Cavour 79 (Prefettura) - tf. 091583195

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

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

tf. 091334482
 Lo Cascio Mendola via Roma 1 (Stazione) - tf. 0916162117
 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

Dall'8 al 14 giugno
■ A BAGHERIA
 Di Fede A. c.so Butera 495 tf. 091 934776

■ A PARTINICO

Del Centro c.so dei Mille 115/119 tf. 091 8781171

Dal 9 al 15 giugno

■ A CARINI
 Guzzetta M. p.zza Duomo 19 tf. 091 8661161

■ A CEFALU'

Cirincione c.so Ruggero 144 tf. 0921 421209

■ A CORLEONE

Mongioli A. via Don G. Colletto 42 tf. 091 8464921

■ A MARINEO

Martorana M. F. via Falcone e Borsellino 82 - tf. 0918725178

■ A MONREALE

Pedone G. via P. Novelli 71 091 6404417

■ A TERMINI IMERESE

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

Ce.S.M.I. Centro Studi di Medicina Integrata

- Incontri dibattito su argomenti di medicina e salute ■ Seminari e corsi di formazione
- Consulenze con gli esperti per appuntamento
- Medicina tradizionale e Dermatologia psicosomatica
- Agopuntura e Medicina tradizionale cinese
- Psicoterapia e Psicodramma
- Arte terapia
- Nutrizione gruppo sanguigno ABO - Kinesiologia
- Shiatzu - Qi Gong medico - Biorisonanza magnetica

e-mail: medicinaintegrata@libero.it

via Dante 153 Palermo - tel. 0919820468 - 3396749999 - 3381621899

I.B.M.

SERVIZI IMMOBILIARI Cellulare 338 1411643

per chi cerca casa, per chi offre casa

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 091.6883829
publiscicula@libero.it
publiscicula@publiscicula.it
www.publiscicula.it

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