

# nell'attesa...

da un'idea del Dott. Diego Fabra



anno 8 - n.12 del 25 marzo 2013 - edizioni nell'attesa sas - 0,35 euro  
 Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale  
 D.L.353/2003 conv. in L.27/02/2004 n. 46) art. 1, comma 1, Palermo

**Sanit Card**  
 Il circuito della tua salute.

**Preziosa come la salute.**

La prima card che consente a tutta la famiglia di usufruire di sconti nel settore "Salute e Benessere".

BRONCHIARI, CENTRI DIAGNOSTICI, CENTRI BENESSERE, ALIMENTI PER CELIACI, MEDICI SPECIALISTI, PALESTRE, FARMACIE, LABORATORI DI ANALISI, CLINICHE PRIVATE e tanto altro ancora...

Chiamata il numero verde 800 974 456

## Essere tolleranti e rispettosi per migliorare noi stessi

di Diego Fabra  
 medico



**M**a cos'è mai l'apparenza? È indubbiamente

immagine. Giusta o sbagliata è sempre immagine. È esattamente ciò che appare, dunque, ciò che vediamo o sentiamo o percepiamo di una cosa o di una persona o di una situazione.

Ma ciò che appare è anche ciò che noi, con la nostra capacità, riusciamo a percepire, o intuire o immaginare.

Perché mai dovrebbe essere vera un'immagine? Se fosse "immaginazione"?.. Se fosse la proiezione di un contenuto che risiede in noi?... Un pensiero, una rabbia, un sospetto, un amore, un'invidia, un'ammirazione?...

Vivendo in un contesto, tutto è sottoposto ad essere immagine, e tutto scorre dinanzi ai nostri occhi e ai nostri sensi come un film; ma la trama la conosciamo o la immaginiamo?...

Quante volte siamo sicuri di un nostro giudizio su persone o fatti e quante volte siamo



Diego Velasquez: Venere allo specchio (1644)

smentiti dalla realtà?...

Si può obiettare che ciò che immaginiamo è già realtà per noi, in quanto non esiste altra

realtà di quella che percepiamo. Ma questo vale e varrà comunque solo per noi.

Dunque, quale diritto avrem-

diego@fabra.biz

mo di farlo valere anche per gli altri, che rivendicano uguale diritto a vederla e pensarla diversamente da noi?... Poi, sui fatti, c'è anche da dire che immaginare e conoscere sono due cose profondamente diverse.

Ogni principio di libertà vive del rispetto profondo per l'altro che, immaginiamo, possa anche sbagliare, ma che ha il diritto di non essere giudicato, perché - come dice un saggio - nessuno di noi ha camminato nelle altrui scarpe o ha indossato i medesimi abiti né ha vissuto gli stessi episodi. Nella conoscenza dell'altro è fondamentale il principio della diversità. L'errore più comune è il tentativo di omologazione verso le proprie conoscenze e la propria immaginazione. Ma ognuno di noi è mondo a sé e - che ci piaccia o no - vive di sé e non di noi.

Un invito che rivolgo a me stesso è verso la tolleranza e il rispetto, in particolar modo se mi riconosco una natura spirituale o sensibile o civile. Altro non credo possa migliorarci, se non andare oltre l'apparente.

### FARMACIA FATTA DOTT.SSA CLEMENTINA

Nella NUOVA SEDE, mantiene la stessa disponibilità e cortesia nei confronti dei pazienti. Il personale, qualificato e costantemente aggiornato, offre consulenze pertinenti a: farmaci, prodotti fitoterapici, veterinari, salutistici ed omeopatici



### SERVIZIO NOTTURNO CONTINUATO

Via dell'Orsa Minore 102, Palermo  
 tel. 091447268 - posta@farmaciafattapa.it

**INAP**  
 LAZIO CAMPANIA SICILIA

PRIMO CENTRO IN ITALIA DAL 1973 SPECIALIZZATO NELLE PRATICHE PER IL RICONOSCIMENTO DI INVALIDITA' CIVILE - INPS - INAIL

- PRESENTAZIONE DOMANDE AMMINISTRATIVE
- ASSEGNO DI INVALIDITA' (74%)
- PENSIONE DI INABILITA' (100%)
- INDENNITA' DI ACCOMPAGNAMENTO
- INDENNIZZO PERIODI DI CHEMIOTERAPIA
- PRATICHE PER MINORI, CIECHI CIVILI E AUDIOLESI
- BENEFICI ASSIST. PER I PORTATORI DI HANDICAP (L.104)
- PENSIONE DI INABILITA' AL LAVORO (INPS - INPDAP)
- ASS.ORDINARIO DI INVALIDITA' (INPS)
- RICORSI AMMINISTRATIVI E GIUDIZIARI
- RICOSTITUZIONE PENSIONE (RISCHIO AMIANTO)
- RECUPERO VECCHIE PRATICHE INEVASE O RESPINTE
- ASSISTENZA DOMICILIARE MEDICA E LEGALE
- IN CASO DI INTRASPORTABILITA' DELL'ASSISTITO
- INFORTUNI SUL LAVORO E MALATTIE PROFESSIONALI (INAIL)
- CONSULENZA MEDICA IN SEDE
- RICONOSCIMENTO DELL'INVALIDITA' SUCCESSIVA AL DECESSO CON RECUPERO DEGLI ARRETRATI

NESSUNA SPESA DI TESSERAMENTO

TEMPI ESTREMAMENTE RIDOTTI

NUOVO UFFICIO DI CAPACI IN CORSO SOMMARIVA N. 22

MEDICO IN SEDE PER LA COMPILAZIONE DEI CERTIFICATI (GRATUITO)

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TELEFONA AL NUMERO VERDE O VISITA IL SITO [WWW.INAP.IT](http://WWW.INAP.IT)

PALERMO - VIA ROMA 489 (90139)  
 Tel. 091 322624 - Cel. 346 0424837

Numero Verde - Sicilia  
**800 134 851**  
 Lunedì - Venerdì 9.30-13.00 / 15.00-18.00

**SCOPRI IL PRESTITO AL TASSO PIU' BASSO RAPIDO E TRASPARENTE**

**PENSIONATI - DIPENDENTI**

Anche con rifinanziamento di prestiti in corso con altri istituti e INPDAP

**ASSIFIN ITALIA Srl**  
 FINANZIAMENTI IN LEGGE

Numero Verde Gratuito  
**800 26 77 09**  
 Anche Da Cellulare

Posteggio Gratuito [www.assifinitalia.it](http://www.assifinitalia.it)

Prima di accettare altre offerte, specialmente consigliate dall'amico, richiedi un preventivo personalizzato.

**PERCHE' FIDARSI E' BENE, VERIFICARE E' MEGLIO!**

Iscri. Reg. Impr. P.A. n. 144268 - C.C.I.A.A. n. 183229 - Agente in attività finanziaria iscr. Elenco U.I.F. Banca d'Italia n. A25418 In regime di plurimandato - Finanziamenti salvo approvazione enti eroganti e assicurazioni - come per legge consegniamo, prima della stipula del contratto, il documento "Informazioni europee di base sul credito al consumo" fogli informativi delle assicurazioni in sede - per verificare il merito credito personalizzato consultare il sito [www.monitorata.it](http://www.monitorata.it) per le controversie con gli intermediari Finanziari: [www.arbitrobancariofinanziario.it](http://www.arbitrobancariofinanziario.it)

# I vigili di Palermo su Facebook e Twitter

di Anna Sampino

[annasampino@nellattesa.it](mailto:annasampino@nellattesa.it)



Informazioni sul traffico e sugli eventi in città che causano cambiamenti alla viabilità cittadina saranno adesso comunicati in tempo reale dalla Polizia municipale, tramite i social network più diffusi. Fra qualche settimana sarà sperimentato anche un servizio di

allerta sms gratuito e per chi ne fa richiesta.

Anche la Polizia municipale sbarca dunque su facebook e twitter. La centrale operativa ha attivato un proprio account su twitter, [Twitter@palermopm](https://twitter.com/palermopm), ed una pagina su Facebook ([www.facebook.com/palermopm](http://www.facebook.com/palermopm)). Attraverso questi canali i cittadini palermitani potranno essere informati nell'arco di 24 ore sulle notizie del traffico e della viabilità cittadina. Due i servizi principali: nel caso di eventi programmati (lavori stradali, cantieri, cortei autorizzati, ecc.), il giorno prima sarà inviata una comunicazione, in modo che gli automobilisti o i pendolari siano avvisati in tempo; ma, soprattutto, nel caso di eventi imprevisti e situazioni che abbiano conseguenze sul traffico, la notizia sarà diffusa immediatamente tramite i social network e, successivamente, anche tramite sms, permettendo quindi agli automobilisti di evitare le zone coinvolte. "Questo servizio ci permette di essere virtualmente vicini agli automobilisti - afferma il Comandante Vincenzo Messina - dando loro uno strumento informativo agile, veloce e del tutto gratuito. Grazie alla grande diffusione dei telefoni cellulari, siamo in grado d'informare i cittadini in tempo reale, riducendo quindi sia l'impatto negativo sul traffico degli eventi improvvisi, sia il carico di lavoro delle pattuglie impegnate su strada". Chi possiede uno smartphone, un tablet o utilizza Facebook e Twitter, quindi, avrà già la possibilità di essere informato tempestivamente. "A breve, però - annuncia il sindaco Leoluca Orlando - anche chi possiede un qualsiasi altro telefono cellulare potrà ricevere notizie sul traffico via sms. Nelle prossime settimane sarà attivo anche un servizio d'informazioni via sms, già sperimentato con successo con i giornalisti, che permetterà di raggiungere anche coloro che non usano smarphone, ma hanno comunque dei telefoni cellulari".

# Il Mobbing oltre gli stereotipi

di Riccardo Ingui

psicologo del lavoro

[ric.ing84@gmail.com](mailto:ric.ing84@gmail.com)



Tra i rischi psico-sociali sui luoghi di lavoro, vi è una tipologia tanto conosciuta nel nome quanto contornata di stereotipi dall'altra: si tratta del mobbing. Spesso viene usato questo termine per descrivere degli atti discriminatori, delle accuse, delle azioni che non sono state accettate; tutte situazioni in cui potrebbe presentarsi il mobbing, ma per cui di fatto non sussiste. Esistono, infatti, una serie di parametri oggettivi che permettono di palesare se ciò che è posto in essere sia mobbing o no.

Uno dei modelli con i criteri più oggettivi e puntuali è quello di Harald Ege (considerato uno dei padri teorizzanti del mobbing in Italia). Il mobbing, in primis, non è riconducibile ad un singolo atto, ma ad una serie di azioni messe in divenire, in un periodo minimo di alcuni mesi, allo specifico fine di danneggiare qualcuno.

Il mobbing, quindi, non è



un'azione, ma una situazione! Tanti sono gli stereotipi che girano intorno al mobbing. Primo fra tutti l'azione di una persona con ruolo superiore che agisce contro quella col ruolo inferiore (il capo contro il dipendente).

Di fatto, invece, il mobbing non è un conflitto tra due persone, ma è un conflitto tra ruoli, e, inoltre, non è assolutamente detto che sussista solamente dall'alto verso il basso: si può parlare di mobbing anche da ruoli gerarchicamente inferiori in direzione dei superiori; si può parlare di mobbing anche tra colleghi di pari livello (mobbing orizzontale).

— segue a pagina 5 —

## IL MONDO INCANTATO S.O.S. GENITORI

PENSI CHE NON SIA POSSIBILE TROVARE  
CHI TI AFFIANCHI IN MODO SERIO E RESPONSABILE  
NEL TUO RUOLO DI GENITORE A COSTI ADATTI  
ALLE TUE TASCHE?

CHIAMACI E TROVERAI LA SOLUZIONE

VIA G. SCIUTI 102 - TEL. 091346907 - CELL. 320 6276289

# RANBAXY

Trusted medicines. Healthier lives

## FARMACI DI QUALITA'

## Un corso per il benessere psico-fisico della persona

Prende l'avvio un corso per voi. È rivolto a tutti e tutti ne possono trarre un vero beneficio per impostare, rivedere, confrontare il proprio stile di vita. Il corso si comporrà di quattro incontri, uno a settimana, e verrà tenuto da professionisti qualificati aderenti alla nostra Associazione Nell'Attesa Onlus. I docenti affronteranno come tutelare il benessere nell'attività fisica e nella cura del corpo, nella salute della nostra mente e delle nostre relazioni, nel campo nutrizionale. Infine verranno distribuite nozioni utili di pronto soccorso casalingo. Il corso inizierà al raggiungimento del numero previsto di iscritti. Per iscriversi inviare un sms al 3471929790 col proprio nome e cognome.

**i**guido  
CAR SHARING

LA RIVOLUZIONE DELLA MOBILITA' A PALERMO!

con 2 €/ORA  
e 0,40 €/Km



UN'AUTO A TUA DISPOSIZIONE 24 ORE SU 24  
NON PAGHI IL CARBURANTE  
ACCESSO CONSENTITO NELLE ZTL  
NON PAGHI PARCHEGGIO NELLE ZONE BLU  
PUOI CIRCOLARE LIBERAMENTE LUNGO LE CORSIE DEI BUS

info e abbonamenti

**346.6118205**

# Benefici cardiovascolari e rischi gastrointestinali

Vademecum per una endoscopia sicura per i pazienti in terapia anticoagulante e antiaggregante

di Giusy Egiziana Munda



**N**egli ultimi anni è aumentato progressivamente il numero dei pazienti che assumono farmaci anticoagulanti orali o antiaggreganti piastrinici. Ciò in conseguenza dell'incremento dell'incidenza di cardiopatie ischemiche e di accidenti cerebrovascolari, che oggi in Italia rappresentano, rispettivamente, la prima e la terza causa di morte dopo i tumori. Se tali terapie rappresentano dei veri salva vita per questi pazienti, li espongono, però, ad un maggiore rischio emorragico che va tenuto in considerazione in caso di procedure diagnostiche invasive o di interventi chirurgici. La corretta gestione di tali soggetti è pertanto fondamentale, da parte di tutti gli operatori della salute, e prevede l'attenta valutazione e il bilanciamento dei rischi trombotici e di quelli emorragici in rapporto alla malattia di base del paziente. Lo conferma il gastroenterologo Sergio Peralta - dirigente

medico responsabile dell'UOS di Endoscopia digestiva presso l'UOC di Gastroenterologia ed Epatologia del Policlinico, Docente di Endoscopia digestiva presso la Scuola di Specializzazione in Gastroenterologia dell'Università di Palermo e Vicepresidente nazionale dell'AIGO (Associazione Italiana Gastroenterologi Ospedalieri) - che, sulla base della propria esperienza, trova impellente fornire alcune importanti indicazioni sulla gestione di questi pazienti nel caso in cui dovessero sottoporsi a trattamenti endoscopici. "Quante volte durante la prenotazione di un esame endoscopico attraverso i Cup ad un paziente viene indicato, tra le altre cose, di sospendere la terapia farmacologica che sta seguendo, prima di presentarsi all'esame? Bene, non sempre e non tutti i pazienti possono seguire, senza pericoli per la loro vita, questo suggerimento. Uno di questi casi è rappresentato dai pazienti in terapia cronica con antiaggreganti o anticoagulanti". Il Dott. Peralta precisa: "Se dai 60 anni d'età in su aumen-



Il Dott. Sergio Peralta

ta l'incidenza delle patologie cardio e cerebrovascolari, che rende ragione della crescente prescrizione di farmaci antiaggreganti piastrinici e di anticoagulanti per via orale (con lo scopo di curare o prevenire a livello arterioso coronarico/ cerebrale gli eventi trombotici, che possono causare ictus, infarto, ischemia cerebrale transitoria -TIA e, a livello venoso, episodi di tromboembolismo venoso periferico o di embolia polmonare), è pure vero che, a partire da questa età, l'aumento anche del rischio di patologie organiche, infiammatorie o neoplastiche dell'apparato gastrointestinale, crea maggiori indicazioni

per sottoporre questi pazienti a procedure endoscopiche, alcune delle quali anche invasive".

Ricordiamo che, generalmente, quando un paziente in trattamento antitrombotico dev'essere sottoposto ad una procedura invasiva o ad un intervento chirurgico che presenta rischi emorragici, si pone il problema se è opportuno sospendere la terapia antiaggregante/anticoagulante per evitare un aumento delle complicanze emorragiche perioperatorie. Ma la sospensione di queste terapie, se da un lato consente di affrontare l'intervento o la procedura in sicurezza, dall'altro può rappresentare un problema serio in quanto espone il paziente a quel rischio trombotico cerebro e cardiovascolare o venoso, in genere di grande rilevanza clinica, che la terapia tende a prevenire.

Come affrontare, dunque, questo problema?

"Prima di sottoporre ad esame endoscopico un paziente in trattamento antiag-

giusymunda@nellattesa.it

segue a pagina 8

## Un coadiuvante delle funzioni mentali e della memoria

**R**ischiariil costituisce un sistema di neuroprotezione formato da una componente colinica ed una componente antiradicalica. Nell'ambito di questo ruolo la colina, sotto forma di colina citidina-5'-difosfato, interviene quale precursore dei fosfolipidi coinvolti nella formazione e riparazione delle membrane cellulari. E' infatti essenziale fornire all'organismo fattori atti a mantenere a livello delle membrane neuronali il fisiologico assetto della compagine fosfolipidica.

La colina agisce come co-enzima nel metabolismo. Costituisce, insieme all'inositolo, il costituente base della lecitina. E' utile per l'utilizzazione dei grassi e del colesterolo nel corpo. La lecitina funziona da agente emulsionante che mantiene i grassi in soluzione nel sangue e in altri fluidi organici. E' presente nell'organismo di tutte le cellule viventi ed è ampiamente contenuta nei tessuti degli animali e delle piante. La fonte più ricca di colina è la lecitina, ma vi sono altre fonti dietetiche sempre ricche, quali il lievito di birra, il tuorlo d'uovo, il fegato e il germe di grano.

La colina è importante per la salute della mielina, componente principale delle fibre nervose ed ha un ruolo importante nella trasmissione degli impulsi nervosi. Il morbo di Alzheimer potrebbe essere dovuto in parte a una carenza relativa di acetilcolina nel cervello. La carenza di colina è collegata a depositi grassi nel fegato, che si manifestano con ulcere sanguinanti allo stomaco, scompensi cardiaci e blocchi renali. L'assunzione insufficiente di colina può causare emorragie nei reni. Una carenza prolungata può causare alta pressione sanguigna, cirrosi epatica e degenerazione grassa del fegato, aterosclerosi e indurimento delle arterie.

Essendo un solvente dei grassi e del colesterolo, la colina viene utilizzata per trattare l'aterosclerosi e l'indurimento delle arterie. Può essere efficace nel trattamento di casi di steatosi epatica, danni e cirrosi del fegato ed epatiti. La colina viene anche usata per la cura di disfunzioni renali, emorragie renali e nefriti e per certi disturbi degli occhi come il glaucoma. La colina viene usata nel trattamento delle epatiti. Un aggregato di lipidi contenente fosfatidilcolina previene la riproduzione del virus HIV, ha un'attività anti-virale e viene usata nel trattamento dell'AIDS.

La colina aiuta a conservare la capacità cerebrale di ragionare, imparare e ricordare. Integratori a base di colina e fosfatidilcolina hanno dato buoni risultati su pazienti colpiti da discinesia tardiva, morbo di Parkinson, malattia di Huntington, sindrome di Tourette, degenerazione spino-cerebellare e altre malattie come disturbi maniaco-depressivi. Gli integratori a base di colina e fosfatidilcolina migliorano i sintomi psicotici.

In **Rischiariil** la funzione della colina-5'-difosfato insieme alla componente antiradicalica è quella di contrastare il danneggiamento delle membrane neuronali e quindi di favorire il mantenimento di attività fisiologiche molto importanti per le funzioni mentali quali memoria, attenzione, concentrazione e disorientamento spazio temporale. La colina sotto forma di colina citidina-5'-difosfato viene utilizzata dai neuroni anche per la sintesi di un neurotrasmettitore essenziale, l'acetilcolina. Questo fatto favorisce la trasmissione degli impulsi nervosi alle aree acustiche e visive del cervello. **Rischiariil** può essere utile nella funzionalità della visione (glaucoma, ambliopia, scotomi), nella sensazione di perdita dell'equilibrio e negli acufeni.

## Mangiare? Un rito

di Diego Fabra  
diego@fabra.biz



**Q**uando parliamo del cibo, nella generalità dei casi, tocchiamo un tasto piacevole. Un po' tutti riconosciamo al cibo la funzione ricreativa: più che un sostentamento è quasi un divertimento. In realtà è molto di più. Il cibo infatti risponde a esigenze profonde dell'essere naturale. Esigenze di crescita, di rinnovamento, di produzione, di rilassamento, di trasformazione. È un autentico miracolo che vive in noi, e di cui non ci rendiamo quasi mai conto. Cosa avvenga nel nostro corpo in seguito a un buon pasto, specie se sano e ben mangiato, è un mistero. Come la nostra macchina digestiva, complessa e perfetta, dirige elementi estranei a diventare parte di noi non lo sa nessuno, né mai alcuna scienza potrà arrivare a comprendere in profondità. Tanto che il cibarsi per molti diventa rito, spiritualità, magia. Pensate a realtà tribali, o a cerimonie spirituali anche vicine a noi, o alla magia di un amore che si parla a tavola tra sguardi, bocconi deliziosi e sorsi inebrianti. Tutto avviene intorno a una mensa: la famiglia può ritrovare un'intimità, dei capi di governo possono risolvere destini planetari, il mondo festeggia, si raduna, celebra. Allora, mi viene in mente, perché ridurre tutto questo alla povertà di un anonimo e freddo snack mangiato senza attenzione?... La vita va vissuta bene, subito, ora, senza



perdere tempo per essere consapevoli della sua bellezza.

### CONCHIGLIE SALTATE CON VERDURE

**Ingredienti:** Per 6 persone: pomodori gr 800, pasta corta, conchiglie, gr 400, melanzana gr 300, zucchine gr 300, scalogno gr 30, maggiorana, olio d'oliva, sale, pepe  
**Preparazione:** Spuntate le zucchine e la melanzana; tagliate le verdure a dadini, salatele e lasciatele nel colapasta a fare l'acqua. Intanto portate a bollire abbondante acqua salata che vi servirà per lessare la pasta. Sbollentate i pomodori, pelateli, svuotateli dei semi e tritateli grossolanamente (concassé). Affettate lo scalogno, mettetelo ad appassire in una larga padella con 4 cucchiaini d'olio; unite la dadolata di verdure strizzata dall'acqua di vegetazione, fatela saltare a fuoco vivo, quindi aggiungete la concassé di pomodoro, foglioline di maggiorana, sale, pepe e la pasta che nel frattempo avrete lessato al dente. Ancora sul fuoco, rigiratela velocemente per farla insaporire, quindi servitela con il suo intingolo, guarnendo a piacere.

## Calcio a 11, l'importanza della preparazione fisica

di Francesco Sanfilippo

sanfilippofran@nellattesa.it



**G**ianfranco Succi è il responsabile dell'attività di base e curatore della parte fisica dell'attività atletica svolta dagli allievi, iscritti alla scuola calcio dello Sport Village "Tommaso Natale". A lui abbiamo rivolto alcune domande sulle caratteristiche delle squadre di calcio a undici giocatori.

**La preparazione di una squadra di calcio a undici in cosa si differenzia rispetto ad una squadra di calcio a cinque?**

“La preparazione di una squadra di calcio a 5 differisce dal calcio a 11 nei movimenti molto più rapidi in spazi più stretti, dove ci sono rapidi cambi di direzione, movimenti corti, ecc... Nel calcio a 11 della nostra scuola, si lavora molto di più sulla costruzione del fisico dell'atleta”.

**Il calcio a undici è uno sport aerobico o anaerobico?**

“Il nostro è uno sport misto, perché se va fatto un lavoro duraturo, si realizza una preparazione aerobica che sarà ripetuta durante l'anno per mantenere la condizione fisica dell'atleta. Tuttavia, questo sport diviene anaerobico quando ci sono movimenti rapidi e veloci, nonostante gli spazi siano più vasti di quelli previsti nel calcio a 5”.

**Quali sono i cibi che più si prediligono in questa preparazione sportiva?**

“L'alimentazione costituisce un aspetto fondamentale e



problematico, sia perché gli atleti vivono in case dove i genitori, spesso, sono assenti per motivi di lavoro, sia per i cibi moderni ricchi di grassi. Perciò, è difficile avere un connubio tra alimentazione sana e sport, nonostante i ragazzi siano spinti a curare l'alimentazione se si vuole fare sport in una forma seria. Nella scuola sono presenti degli operatori che curano quest'aspetto, perciò, a seconda del fisico dell'atleta, si prescrive una dieta adeguata. Se il giovane ottiene un equilibrio tra ciò che mangia grazie alle nostre indicazioni con ciò che può trovare fuori, problemi non ne avrà; se non lo trova, a lungo andare questi ultimi emergeranno”.

**Quanto deve riposare un atleta per potersi riprendere in modo adeguato dallo sforzo fatto?**

“Se ogni società possedesse un tecnico che conoscesse l'aspetto fisiologico dell'atleta, sarebbe tutto molto più semplice. Tuttavia, le società dilettantistiche non sempre hanno la possibilità di poter fare uno studio com-

— segue a pagina 5 —



ANTEAS SICILIA  
Piazza Castelnuovo 35 - Palermo  
Tel/Fax 091 6112744  
e-mail: anteas.sicilia@gmail.com  
www.anteassicilia.it

L'Anteas Sicilia promuove iniziative per la creazione di una comunità solidale, sostenendo le azioni di volontariato e lo spirito del dono e della gratuità verso gli anziani

#### SPORTELLI DI SEGRETARIATO SOCIALE PER INFORMARE IL CITTADINO:

sui suoi diritti riguardo a sanità, assistenza, attività socio-ricreative e culturali del territorio. Inoltre, fornisce informazioni su previdenza, servizi e attività pubbliche e private, sul volontariato e su criteri e modalità per accedervi

#### LE ALTRE ATTIVITA' DELLA NOSTRA ASSOCIAZIONE

● corsi gratuiti di informatica e di inglese per anziani ● assistenza e animazione nelle case di riposo ● incontri intergenerazionali ● ginnastica dolce e palestra sociale ● incontri di prevenzione e di informazione ● cineforum ● laboratori artistici, teatrali e culturali

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

# La mesoterapia per migliorare i problemi localizzati nel corpo

di Ennio Sacco - medico chirurgo specialista in Medicina estetica



Il trattamento mesoterapico è una soluzione

cosmetica non chirurgica che

ha lo scopo di migliorare problemi in particolari zone del nostro corpo come la cellulite, l'adiposità localizzata, il ringiovanimento del viso e del collo ecc. Essa è somministrata per mezzo di iniezioni multiple contenenti vari tipi di farmaci (approvati dalla FDA), vitamine, minerali e sostanze omeopatiche. Le iniezioni con ago singolo lungo 4 mm o a rastrello di 3 o 5 aghi, vengono introdotte nel mesoderma (lo strato di tessuto adiposo che si trova sotto la cute). La composizione del contenuto dei farmaci iniettati varia in relazione al problema e all'area specifica trattata. La mesoterapia trova



anche applicazioni nel trattamento del dolore acuto e cronico (mesoterapia antalgica di cui parleremo in un prossimo articolo).

L'immediata perdita di peso ottenuta con la liposuzione (trattamento chirurgico), non può essere paragonata a quella ottenuta con la mesoterapia. La liposuzione è il metodo

più efficace e veloce per ottenere la riduzione del grasso corporeo, tuttavia la mesoterapia è meno costosa e meno invasiva e costituisce una valida alternativa.

La mesoterapia è una procedura indolore (si utilizzano piccole quantità di anestetico nel farmaco da iniettare), mentre la liposuzione com-

porta dolore come sequela dell'intervento e nel post-operatorio così come durante la fase di guarigione (alcune settimane).

La mesoterapia non provoca cicatrici, anche se edema ed ematomi possono comparire per alcuni giorni nell'area trattata: la liposuzione può causare cicatrici moderate o severe. La sedazione non è necessaria per la mesoterapia (viene effettuata in regime ambulatoriale e dura 30 minuti) ed il paziente può andare via senza problemi e riprendere le proprie attività. La mesoterapia è utilizzata in Francia da più di 40 anni, anche se fino ad oggi è stata oggetto di varie controversie nell'ambito scientifico da parte dei chirurghi plastici che sostengono che la chirurgia estetica sia la migliore opzione.

saccoennio@libero.it

## SEGUITI DALLE ALTRE PAGINE

da pag. 2 - **IL MOBBING OLTRE GLI STEREOTIPI**

Potenzialmente, quindi, chiunque all'interno del luogo del lavoro, è possibile vittima di mobbing!

Inoltre, il mobbing non sussiste solo tra mobber e vittima; tutti coloro che sono vicini ai ruoli e assistono fanno parte della situazione e vengono chiamati spettatori: essi possono essere complici del mobber, partecipando alle azioni; possono essere indifferenti, stando a guardare senza intervenire; possono essere oppositori, cercando di supportare la vittima ed agendo per evitare che la situazione prosegua.

Questa situazione conflittuale obbliga chi ne è vittima in uno stato di assoluta inferiorità psicologica, per cui diventa impossibilitato alla reazione; questo innesca un circolo vizioso che si ripercuote gravemente sulla salute fisica e psicologica del mobbizzato, cominciando da semplici disturbi del sonno fino ad arrivare a gravi patologie ansiose e cardiovascolari. Non è raro che le ripercussioni oppressive siano tali da portare la vittima al suicidio.

da pag. 4 - **CALCIO A 11, L'IMPORTANZA (...)**

pleto sul giovane e si fa il lavoro su ciò che sono gli aspetti biologici e di crescita dei ragazzi su cui si fa un certo tipo di lavoro. Per ovviare ai problemi che si ripercuotono nelle articolazioni delle ginocchia, occorre fare dei lavori che non siano invasivi come i lavori di contrazione muscolare. In questo modo, si cerca di evitare che l'articolazione stessa sia gravata da sforzi eccessivi".

**Gli atleti odierni sono sottoposti a una fortissima pressione psico-fisica notevole che porta a una maggiore quantità d'infortuni?**

"Nel settore giovanile, questa tendenza non è accentuata, ma nel professionismo, le società riportano problematiche diverse, perché il fisico dell'atleta è sollecitato da molte partite con pochi allenamenti fatti per sostenerli. In questo modo, l'atleta non ha il tempo per recuperare ciò che è stato speso durante una gara, che è l'espressione massima del lavoro svolto durante una settimana".



*La casa dei nonni*  
Comunità alloggio

assistenza 24 ore su 24 (tra i nostri servizi: assistenza medica, analisi cliniche, servizio ambulanza, servizio di trasporto per disabili, assistenza malati terminali)

cura della persona (tra i servizi offerti: parruccheria, podologo, check up, diete personalizzate, piacevoli attività motorie)

attività ricreative (tra queste: organizzazione di viaggi, gite, escursioni, pellegrinaggi)

ambiente caldo e confortevole

**Non un posteggio per l'anziano, ma un luogo dove trascorrere piacevolmente la terza età**

via Pirandello 2 - Tel. 0916259828 - 347 5252243 - 380 1338033



**Cappellino & Cappellino s.n.c.**  
Specialisti Radiologi

Via Roma, 386/388 (90139) Palermo - Tel. 091.6117891

**Radiologia digitale - RX a domicilio - Ortopantomografia  
Telecranio per Ortodonzia - Mammografia H.F. digitale  
Stereotassi - TAC spirale - Risonanza Magnetica Aperta  
Ecotomografia 3D/4D live**

(Internistica, Senologia, Ginecologia, Ostetricia 3D, pediatria, muscolo-tendinea ed osteoarticolare)

**Eco-Color Doppler e PWR-Doppler**  
(vascolare, oncologico, fetale)

**Ecocardiografia, Cardiologia, Morfometria vertebrale digitale,  
Senologia, Mineralometria ossea computerizzata**  
(M.O.C. - D.E.X.A. - Dual Energy X-ray Absorption)

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

# La sindrome di Klinefelter: una malattia rara che richiede un precoce sostegno psicologico

di Angela Ganci  
psicologa psicoterapeuta



**S**ecundo le rilevazioni di Orphanet, la prima banca dati europea di informazione sulle malattie rare, in Italia ne sarebbero affette due milioni di persone (per il 70% bambini). Si tratta di patologie complesse, che interessano più organi e influenzano il funzionamento psicologico e sociale. Tra queste la sindrome di Klinefelter, che colpisce un maschio su 500 e, solo in Sicilia, fino a 7000.

Se n'è parlato l'11 Marzo scorso presso l'Ospedale Cervello di Palermo, in occasione del secondo convegno Nazionale dell'ASKIS, Associazione siciliana che si occupa di sostenere pazienti e familiari colpiti dalla patologia.

I segni identificativi di questa sindrome includono carenza di testosterone (l'ormone sessuale maschile) che determina nel 90% dei casi la totale mancanza di spermatozoi e conseguente infertilità, riduzione del desiderio sessuale, ridotta forza muscolare.

I danni non si limitano alla funzione riproduttiva, sono infatti frequenti disturbi cardiovascolari, obesità, problemi infiammatori, fino alla trombosi. Nell'insieme queste

problematiche influenzano la percezione di sé e le relazioni con gli altri, generando un senso di inadeguatezza.

Il benessere fisico di un uomo ruota per molti aspetti intorno alla sfera sessuale e, se questa viene intaccata, ne risentiranno l'equilibrio psicologico e la soddisfazione nelle relazioni.

“Chi soffre di questo disturbo mostra una marcata impulsività ed è facilmente influenzabile. Può chiudersi in se stesso, per paura di non essere accettato, e sviluppare fobie sociali e depressione - afferma la dottoressa Mortillaro, psicologa dell'Associazione ASKIS - Presenta inoltre difficoltà di apprendimento e di concentrazione, tutti sintomi da monitorare e che richiedono perciò un precoce sostegno psicologico. Questa esigenza si scontra con la riluttanza a sottoporsi ai controlli per identificare la malattia, per l'importanza che riveste nel sesso maschile la capacità sessuale”.

La questione si complica perché, per la mancanza di segni visibili prima dello sviluppo sessuale, spesso la diagnosi arriva dopo la pubertà, ma questo non toglie che molte donne in gravidanza chiedano di sottoporsi agli esami necessari per escludere danni al bambino.



Un momento del Convegno

“Una donna su cinque decide di sopportare lo stress collegato alla diagnosi prenatale - sostiene il dottor Calogero, docente di Endocrinologia all'Università di Catania - e può decidere di abortire se non le viene data la giusta informazione e rassicurazione. Le malattie rare sono sì rare, ma non inguaribili”.

Un precoce riconoscimento dei segni identificativi della malattia significa aumentare le probabilità di cura dell'infertilità che può beneficiare oggi della fecondazione assistita, oltre che assicurarsi un aiuto psicologico, dalla fase della scoperta fino ai trattamenti che richiedono l'integrazione di varie figure professionali (cardiologi, diabetologi, ...), e nel momento

[angela.ganci@virgilio.it](mailto:angela.ganci@virgilio.it)

delicatissimo della comunicazione della diagnosi.

“Comunicare di essere affetto da una malattia rara significa riferire notizie che alterano le prospettive future di vita per la persona e la sua famiglia - sottolinea ancora la dottoressa Mortillaro - Il sostegno psicologico aiuta a vedersi partecipe della propria vita, rassicurandosi sul fatto che non si è malati e che non ci si ammalerà in futuro. A questo scopo sono utili attività di gruppo dove poter condividere i propri disagi. L'obiettivo è imparare a gestire l'impulsività, sviluppare capacità di soluzione dei problemi e il potere sulla propria vita, utilizzando ad esempio tecniche di autocontrollo. Un traguardo potrebbe essere ottenere l'esonero del ticket, mettendo in atto una serie di abilità, come informarsi nei vari uffici e attendere i tempi burocratici, con effetti benefici sull'autoestima”.

I passi avanti sono incoraggianti, ma l'Associazione siciliana guarda oltre per far riconoscere le malattie rare come patologie sociali (non molto diverse dal comune diabete), abolendo il termine “rare”, che non rende giustizia alla reale sofferenza che accompagna quanti le affrontano.

## CONSIGLIATI

### ALLERGOLOGIA

#### **DOTT. CLAUDIO RAGNO**

Specialista in Allergologia e immunologia clinica. Centro di Allergologia e Immunologia clinica “Dott. Claudio Ragno”, diagnosi e cura delle allergie. Presso il centro si effettuano: Test allergologici per la diagnosi delle malattie respiratorie, delle allergie alimentari, per allergie a farmaci, per allergie ad anestetici locali; spirometria, diagnosi delle malattie Immunologiche. **Dal mese di marzo fino a fine budget, Ticket visita Euro 34,50.** Riceve a Palermo in via XII Gennaio 16. Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 584114 - cell. 337 895499

### ANDROLOGIA- UROLOGIA

#### **DOTT. EMILIO ITALIANO**

Specialista in Urologia e Andrologia. Consulente Sessuologo. “Fellow of European Committee on Sexual Medicine”. Diagnosi e cura delle disfunzioni sessuali maschili e femminili. Diagnosi e terapia dell'infer-

tilità e delle patologie andrologiche. Diagnosi e cura delle patologie urologiche maschili e femminili. Presso il centro si effettuano: Ecografie dell'apparato urinario e riproduttivo, Spermioigramma, Ecocolor-doppler penieno e scrotale, Ecografia apparato urinario, FIC Test, Uretrocistoscopia, Penoscopia. Riceve a Palermo in via Fr. Paolo di Blasi 35. [www.emilioitaliano.it](http://www.emilioitaliano.it) - [eitaliano@gmail.com](mailto:eitaliano@gmail.com). Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 346563 - cell. 338 8546604

### ASSISTENZA

#### **IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA ASSISTENZA DOMICILIARE**

Assistenza anziani, malati, disabili inclusi farmaci a domicilio, consegna di spesa, riordino e piccole pulizie della casa. Via Pitrè 164/A - Tel. 0917026528 - 329 9504144 - [www.irispalermo.com](http://www.irispalermo.com) - [www.paginegialle.it/irispa](http://www.paginegialle.it/irispa) - [iriscooperativa@libero.it](mailto:iriscooperativa@libero.it) **Il costo del servizio di assistenza domiciliare da noi fornito è deducibile dalle tasse**

### CASE DI RIPOSO

#### **COMUNITA' ALLOGGIO PER ANZIANI “GRETA”**

Assistenza 24 ore. Servizio lavanderia. Pasti. Attività ricreative e religiose a richiesta. Ambienti climatizzati. TV in camera. Via Simone Cuccia 1 (angolo via Libertà). Tel. 0916268045 - Cell. 3481511882/3293324702

### DERMATOLOGIA

#### **DOTT. ANGELO RAFFAELE CINQUE**

Dermatologia e malattie sessualmente trasmesse. Penoscopia, diagnosi e terapia degli HPV (condilomi), mappatura nevica, esame in epiluminescenza dei nei, diagnosi e terapia del linfedema, linfodrenaggio, diatermocoagulazione, crioterapia. Via R. Wagner 9, Palermo, tel. 091335555

### GASTROENTEROLOGIA

#### **DOTT. SERGIO PERALTA**

Dirigente Medico U.O. di Gastroenterologia ed Epatologia -

Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle Cliniche 2, tel. 0916552186 - Cell. 338 6963040 - e-mail: [peralta.sergio@yahoo.it](mailto:peralta.sergio@yahoo.it)

### NATUROPATIA

#### **MARIA GRAZIA COSTANTINO**

Naturopata: riflessologia plantare, digitopressione, bioenergia, shatsu, massaggio terapeutico - Cromoterapia - Efficacia nei risultati del trattamento della cellulite - Benessere totale del corpo. Si organizzano corsi formativi. Riceve per appuntamento in via G. Bernini 47. Tel. 091201881 - 338 9151537 - 327 1627887

### NEUROLOGIA

#### **DOTT. MARIO GUARINO**

Specialista in Neurologia, Psichiatria, Medicina Legale. Riceve per appuntamento a Palermo in via Ariosto 22 (telefono 0917303177 cellulare 333 6957892). A Monreale, chiasso C. Menotti 3. Tel. 0915506399). E-mail [marioguarino@libero.it](mailto:marioguarino@libero.it)

# Inaugurato a Palermo l'Alzheimer caffè

a cura dell'Ufficio stampa dell'Asp 6 Palermo

[ausl6ufficiostampa@libero.it](mailto:ausl6ufficiostampa@libero.it)

**E'** stato inaugurato nei locali del Presidio di via La Loggia dell'Asp di Palermo il primo "Alzheimer Caffè" della Sicilia. E' stato realizzato dall'Associazione "La Grande famiglia Onlus", vincitrice del bando di UniCredit Factoring in collaborazione con Unicredit Foundation che ha previsto la realizzazione di 4 nuove strutture: oltre che a Palermo, anche a Verona, Napoli e Torino.

## spazio d'incontro

L'Alzheimer Caffè è uno spazio d'incontro che offre servizi e attività sia a persone affette da demenza, sia alle loro famiglie. E' provvisto di angolo bar dove trascorrere settimanalmente un po' di tempo in compagnia di altre persone con gli stessi problemi, sotto la guida del personale della Onlus che gestisce il progetto. L'equipe multidisciplinare è formata, oltre che da volontari, da uno psicologo, un assistente sociale, un operatore socio sanitario, un terapeuta occupazionale, un educatore professionale, un infermiere professionale. "L'Alzheimer è una delle emergenze del nuovo secolo - ha sottolineato il Direttore sanitario dell'Asp di Palermo, Giuseppe Noto - i numeri con-

tenuti nel documento dell'Oms 2012 (Dementia: a public health priority, ndr) sono preoccupanti. Sono un milione le persone affette da demenza in Italia e 150 mila i nuovi casi. Si prevede che nell'arco dei prossimi 30 anni, il problema riguarderà nel mondo 116 milioni di persone, delle quali il 75% con Alzheimer".

L'incontro nell'Alzheimer Caffè di via La Loggia avverrà il martedì dalle 15 alle 17: il programma-tipo prevede accoglienza, affidamento dei pazienti agli operatori per attività ludico-ricreative e stimolativo-riabilitative e l'intervento (in locali diversi) di esperti del settore che formano ed informano i familiari su temi inerenti la malattia.

"L'Alzheimer Caffè inaugurato oggi - ha spiegato Marcello Giordano, responsabile del Centro di riferimento regionale demenze senili - Alzheimer dell'Asp di Palermo - fa parte della rete di servizi dell'Asp per i pazienti con demenza, costituita dalle Unità Valutative Anziani (UVA, ndr), dai Centri Diurni e dalle Residenze Sanitarie Assistite. L'obiettivo dell'intero sistema di strutture aziendali è di rallentare il declino cognitivo e di migliorare la qualità della vita del paziente e della sua famiglia".

# Un incontro sui nuovi registri oncologici

a cura dell'Ufficio stampa dell'AIFA

SANITA'

**N**ei giorni scorsi si è tenuto un incontro, presso la sede AIFA, con i rappresentanti di AIOM e CIPOMO finalizzato ad un confronto sulle nuove strategie adottate dall'AIFA per i Registri dei Farmaci Oncologici sottoposti a Monitoraggio e sulle principali problematiche correlate alla transizione dalla vecchia alla nuova, e più performante, piattaforma web. Durante l'incontro l'AIFA ha espresso apprezzamento per il costante impegno di tutti gli operatori sanitari, sottolineando l'importanza di un'attiva collaborazione tra la figura del medico e quella del farmacista, anche in questa fase di transizione. Entro la fine del prossimo mese di aprile saranno attivate le funzioni per la piena operatività dei farmacisti relativamente alle dispensazioni e sarà garantito, per ciascun reparto ospedaliero, l'accesso a tutti i medici autorizzati. AIFA, consapevole del crescente carico di lavoro richiesto agli operatori sanitari, intende continuare anche il confronto con le Regioni per l'individuazione di possibili soluzioni volte a facilitare il dialogo tra i diversi sistemi informatici e, dove possibile, evitare duplicazioni in relazione alla raccolta dei dati sulle prescrizioni.

AIOM, CIPOMO ed AIFA concordano sul ruolo strategico che i Registri hanno avuto fino ad oggi come strumento di appropriatezza e di applicazione di meccanismi di rimborso condizionati alla performance. Nel corso dell'incontro AIFA ha illustrato il rationale alla base dell'attuale evoluzione di questo strumento che AIOM e CIPOMO intendono supportare offrendo il proprio contributo specialistico. I nuovi Registri saranno caratterizzati da un'architettura incentrata sulla patologia piuttosto che sul farmaco; la centralizzazione dei dati in AIFA e la logica alla base dei nuovi Registri consentiranno inoltre uno scambio di informazioni più completo con tutti gli altri sistemi informatici dell'Agenzia e permetteranno la restituzione di analisi di outcome.

I partecipanti hanno stabilito di individuare un'agenda comune di lavoro per continuare il dialogo avviato che AIFA intende estendere ad altri soggetti nella convinzione che il confronto costante con le società scientifiche, i rappresentanti degli operatori sanitari e dei pazienti sia un'opportunità per svolgere al meglio ogni attività.

In occasione dell'incontro AIFA ha, inoltre, comunicato di avere ultimato la fase di nomina del Comitato Consultivo Area Oncologica.

## CONSIGLIATI

[no.mg@libero.it](mailto:no.mg@libero.it)

### NEFROLOGIA

#### **DOSSA GRAZIA LOCASCIO**

Specialista in Nefrologia. Direttore sanitario del Centro Emodialitico Meridionale di Palermo in via Generale Cantore, 21. Terapia conservativa e terapia sostitutiva dell'insufficienza renale. Tel. 091302451 - 091302741

### ODONTOIATRIA

#### **DOSSA GIUSEPPE NOCERA**

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia. Riceve per appuntamento in via Massimo D'Azeglio, 9/B Recapito telefonico: 091343308 - e-mail: info@nocera.odontoiatra.it. www.nocera-odontoiatra.it

### ORTOPEDIA - TRAUMATOLOGIA

**AMBULATORIO POLISPECIALISTICO DI ORTOPEDIA - TRAUMATOLOGIA E MEDICINA DELLO SPORT L'EMIRO**

Responsabile: Dott. Sergio Salomone. Trattamenti riabilitativi patologie ortopediche e traumatologiche - FKT. Prevenzione- diagnosi e cura dell'osteoporosi - densitometria ossea (DEXA). Medicina legale. Certificazioni sanitarie. Tel. 091213197 - 211223 - Fax 0917025983. Via Eugenio L'Emiro 22 (zisa). Parcheggio riservato interno. www.centroemiro.it

### OZONO-TERAPIA

#### **DOSSA SALVATORE ALESSANDRA**

Ozono-terapia. Terapia delle ernie discali - Trattamento dell'artrosi e delle malattie degenerative - Terapia delle ulcere diabetiche - Malattie infiammatorie intestinali. Riceve per appuntamento in via Raffaello Mondini 17. Telefono 0917308541. Cell. 393 6808817. E-mail salvoalessandra@gmail.com

### PODOLOGIA - POSTUROLOGIA

#### **DOSSA GIUSEPPE ALAGNA**

Specialista in Podologia sportiva -

Posturologia - Esame Baropodometrico - Ortesi Plantari. Riceve per appuntamento in via Sciuti 15 Palermo. Tel 0915079998 - cell. 366 5395738. sito web: www.podoposturologiadottalagna.it. E-mail: pepalagna@gmail.com

### PSICOLOGIA

#### **STUDIO DI PSICOLOGIA ARTETERAPIA E PSICODRAMMA DOSSA G. CINÀ - DOSSA C.DE FRANCHIS**

Consulenza e sostegno psicologico individuale e di gruppo, di coppia e familiare. Gruppi di promozione del benessere e terapeutici di Arteterapia e Psicodramma; Valutazione psicodiagnostica, Metodo Feuerstein. Ambiti: Psiconcologia; Disturbi del comportamento alimentare, dell'ansia, dell'umore, dello spettro autistico; Interventi terapeutico-riabilitativi nell'ambito psichiatrico e neuropsichiatrico infantile e della disabilità; Gruppi di supporto alla genitorialità; Intervento metacognitivo attraverso il programma P.A.S.

Lo studio si avvale della collaborazione di psichiatra e dietista. Tel. 329 3330515 / 3284787228. Via M.se Ugo 56. arteterapiapsicodrammapalermo.wordpress.com

#### **DOSSA CATERINA D'ANNA**

Psicologa - Psicoterapeuta. Specialista in Psicologia del Ciclo di Vita Università di Pavia - Psicoterapia del bambino, dell'adolescente e della famiglia. Via Tripoli 18 Palermo. Recapiti telefonici: telefono 0916121290 - cellulare 329 4321204.

#### **DOSSA GISA MANISCALCO**

Psicologa e Psicoterapeuta ad indirizzo sistemico-relazionale. Diagnosi, consulenza, sostegno e psicoterapia individuale, di coppia e familiare. Riceve per appuntamento in viale Lazio 64 (angolo via delle Alpi) a Palermo. La prima consulenza psicologica è gratuita. Recapito telefonico: 333 3025287 - E-mail: info@gisamaniscalco.com. sito web: www.gisamaniscalco.it

**BENEFICI CARDIOVASCOLARI E RISCHI GASTROINTESTINALI**

gregante/anticoagulante, si dovrebbero valutare la reale urgenza della procedura, il rischio emorragico del solo trattamento antitrombotico, il rischio emorragico dell'intervento endoscopico, il rischio trombotico della sospensione della terapia - precisa Peralta -. La corretta valutazione di questi fattori e il loro bilanciamento permettono un'efficace e sicura gestione del paziente. Per cui, se il rischio gastrointestinale connesso con lo sviluppo di un'emorragia che può scatenare da un trattamento endoscopico sia superiore al beneficio cardiovascolare, ne consegue l'indicazione alla sospensione del trattamento anticoagulante/antiaggregante. Che invece, va continuato se la probabilità di danno cardiovascolare che può derivare da tale sospensione sia maggiore del rischio emorragico gastrointestinale". E' importante distinguere le procedure a basso rischio da quelle ad alto rischio di sanguinamento. Tra le prime si annoverano: la gastroscopia e la colonscopia diagnostica, le biopsie superficiali, le polipectomie di polipi inferiori a 5 mm, l'ecoendoscopia, la colangio-pancreatografia retrograda per via endoscopica, l'endoscopia video capsulare. "Il paziente che deve sottoporsi ad uno di questi esami non invasivi - spiega l'esperto - non deve assolutamente sospendere la terapia anticoagulante orale, nè gli antiaggreganti per il basso rischio emorragico e perché eventuali traumi dei tessuti sono superficiali e irrilevanti". Le procedure endoscopiche ad alto rischio sono: il trattamento endoscopico delle varici esofagee, la laserterapia, le polipectomie di polipi superiori a 5 mm, la resezione endoscopica profonda della mucosa, l'argon plasma e l'ecoendoscopia con ago aspirato. "Per i pazienti che devono essere sottoposti ad una procedura endoscopica di questo tipo, l'eventuale indicazione alla sospensione della terapia antiaggregante e di modulazione di quella anticoagulante va fatta considerando attentamente le condizioni di partenza del paziente e, tenendo conto del delicato bilancio tra il rischio di trombotosi cardiovascolare che può derivare dalla sospensione della terapia e il rischio emorragico della procedura, aumentato dalla prosecuzione della terapia. Ovviamente, il rischio trombotico cardiovascolare legato all'eventuale sospensione della terapia governa in prima battuta questa scelta; ma tale necessità passa in secondo piano se il ricorso ad una procedura ad alto rischio di sanguinamento è, comunque, estremamente rilevante per la prognosi e la migliore qualità di vita del paziente".



Ecco i nuovi convenzionati alla Card:

**Farmacia Dott.ssa M.G. Guzzetta**

specializzazione Farmacia  
 recapiti P.zza Duomo, 19 - Carini (PA) - Tel. 0918661161 - Fax 0918689475 - e-mail: guzzetta.farmacia@katamail.com  
 prestazioni Su tutti i prodotti tranne l'etico sconto 10%

**Studio Dentistico Dott. Vito Picone sas**

specializzazione Odontoiatria  
 recapiti C.so Italia, 91 - Carini (PA) - Tel. 0918668279 - 3282722232 - e-mail: info@piconestudio.it  
 prestazioni Visita gratuita - Su tutte le prestazioni sconto 15%

**Centro Ortopedico Sanitario di Ballarò Valeria & C**

specializzazione Ortopedia  
 recapiti Via Petrarca, 39 - Carini (PA) - Tel. 0918689194 - e-mail: peppe.ballaro@footevolution.it  
 prestazioni Articoli ortopedici, ausili e presidi (letti, girelli, incont., etc) sconto 15% - Realizzazioni su misura (busti, plantari, scarpe, etc), calzature e ciabatte predisposte, elettromedicali sconto 20% - Realizzazioni su misura (busti, plantari, scarpe, etc) sconto 20% . Esame baropodometrico gratuito

**Pharmapoint Dott. Alagna Giuseppe**

specializzazione Parafarmacia  
 recapiti Via C. Camilliani, 122 - Palermo - Tel./Fafax 091227483 - e-mail: pharmapoint@alice.it  
 prestazioni Farmaci da banco sconto 5 - 30% - Omeopatia, Fitoterapia sconto 5 - 15% - Igiene personale sconto 5 - 25% - Dermocosmesi sconto 5 - 20% - Elettromedicali sconto 10 - 40% - Prodotti per incontinenza, Medicazioni sconto 10 - 20% - Elettromedicali sconto 10 - 40% - Veterinaria sconto 10 - Misurazione pressione, peso, glicemia, colesterolo gratis

L'elenco completo dei convenzionati sanit card nel sito [www.sanitcard.it](http://www.sanitcard.it)

per informazioni contattare il nostro numero verde 800 974 456

PARTNER NELL'ATTESA

**Lemarfarma s.p.a.**  
 distribuzione farmaci  
 ricezione ordini 091 6517544 pbx 6 linee

AL SERVIZIO DEL FARMACISTA

CONSORZIO SICILIA SALUTE  
 Il Consorzio Sicilia Salute collabora con

**TEVA ratiopharm**

**NOI VEDIAMO TUTTO A COLORI**

grafica e impaginazione  
 stampa offset e digitale dal piccolo al grande formato  
 libri ed opuscoli, riviste e giornali, cataloghi, depliant, adesivi, manifesti 70x100, 100x140 e 5x3, banner, roll-up

**Sprint**  
 PALERMO - Via Telesino 18/a  
 Tel/Fax 091 405411-091 405163  
 e-mail: amministrazione@tipografiasprint.it grafica@tipografiasprint.it



settimanale di prevenzione medica e di solidarietà da un'idea del Dott. Diego Fabra Registrato presso il Tribunale di Palermo al n° 11 del 29/05/2006 - Iscritto al ROC con il n. 21038

**editore** edizioni nell'attesa di S. Fabra & C. s.a.s. Via Vaccarini 36 - Palermo - redazione@nellattesa.it - www.nellattesa.it  
**Amministratore unico** Sergio Fabra sergio@fabra.biz  
**Direttore responsabile** Michele Guccione micheleguccione@nellattesa.it  
**Direttore editoriale** Diego Fabra diego@fabra.biz  
**Hanno collaborato a questo numero** Diego Fabra diego@fabra.biz - Angela Ganci angela.ganci@virgilio.it - Riccardo Ingui ric.ing84@gmail.com - Giusy Egiziana Munda giusymunda@nellattesa.it - Ennio Sacco saccoennio@libero.it - Anna Sampino annasampino@nellattesa.it - Francesco Sanfilippo sanfilippofran@nellattesa.it  
**Comitato etico scientifico** Diego Fabra coordinatore - Giovanni Alberti - Sergio Fasullo - Silvia Tinaglia  
 Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori. E' consentita la riproduzione anche parziale citandone la fonte.  
**Area commerciale** Telefono: 389 6981720 - e-mail: commerciale@nellattesa.it  
**Pubblicità Settimanale** un modulo (mm. 48x20): Euro 25,00. **Consigliati** 4 annunci 50,00 Euro più IVA. Una pagina: 48 moduli. **Medicina Metropolitana** una pagina (mm. 210x297): Euro 400,00.  
**Abbonamento:** Ordinario: 18,00 euro - Sostenitore: 100,00 euro ccp. n. 001010840625 - edizioni nell'attesa s.a.s. via Vaccarini 36 90143 Palermo - causale: abbonamento anno...)  
**Stampa Sprint s.a.s.** via Telesino 18/a - Palermo  
 Questo numero è stato chiuso in tipografia il 19 marzo 2013  
**Distribuzione edizioni nell'attesa s.a.s.** via Vaccarini 36 - Palermo  
**Lemarfarma S.p.A.** via Camarda 37  
**Palermo MediClub Sicilia S.p.A.** via Mazzini 40 - Palermo  
**Poste Italiane S.p.A.** (aut. n. 31152115 del 15/03/2013)  
 Questo numero è stato distribuito in 900 punti della Sicilia