

# nell'attesa...

da un'idea del Dott. Diego Fabra



anno 8 - n.13 dell'1 aprile 2013 - distribuito in 900 punti della Sicilia - 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

## La vera rivoluzione in campo medico...

di Diego Fabra  
 medico



**E'** da un po' di tempo che non si assiste ad alcuna autentica

novità in campo scientifico medico. A fronte di una crescita tecnologica davvero impressionante, tendenzialmente incentrata sulla robotizzazione, sull'elaborazione e sulla precisione, lo scenario mondiale sembra fermo: nessuna cura davvero innovativa, nessuna scoperta rivoluzionaria, nessuna svolta.

Doveva accadere... L'illusione di poter sconfiggere definitivamente mali fisici o interiori ci porta ad investire molto, ma, in questo momento, l'unica speranza dell'uomo è legata ad un ritorno verso stili di vita naturali e salutari.

Il cancro continua a mietere vittime e le terapie, per quanto affinate, continuano ad essere pesanti e spesso infruttuose. Per contro, assisto ad un'impennata degli stili cancerogeni nella popolazione in generale e in quella giovanile in particolar modo, dimostrando un'ottusità, funziona-



sSir Luke Fildes: Il Dottore (1891)

le al grado di malessere che l'uomo moderno reca in sé. Fumo, alcol, esposizione

incontrollata ai raggi solari, contatto con onde elettromagnetiche, uso di materiali

diego@fabra.biz

dubbi sono solo alcuni dei fattori di rischio più frequenti, su cui sarebbe possibile intervenire con poco sforzo e poca spesa.

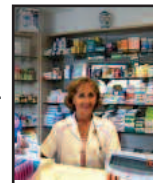
Assisto anche all'assurdo modo di alimentarsi, ricco e straricco di sostanze che porteranno certamente a malattie cardiovascolari, quali arteriosclerosi, infarto, ictus e diabete. Anche qui: si continua a morire tantissimo e la scienza non fa nulla, non può far nulla perché è un'illusione curare i singoli componenti di una società malata.

E' spesa inutile fornire l'ennesima statina a gente che mangia grassi saturi a tonnellate, o l'esclusivo antidepressivo dual o trial action a chi trascorre la vita nel disordine e nella impietosa dei rapporti odierni.

Forse, la vera rivoluzione da auspicare non è più quella scientifica, arrivata ormai - inevitabilmente - al capolinea, ma culturale, antropologica, sociale. Crescere tutti insieme verso modelli di salute globale, fisica ed interiore, che contagino il pianeta e portino tutti noi verso l'evoluzione.

### 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@farmaciafatta.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)

# Atrofia muscolare spinale: la disinformazione pericolosa di certi media

Lettera firmata

**S**iamo genitori che vivono e lottano per i propri figli. Siamo ragazzi e ragazze che vivono la malattia sulla loro pelle, che costruiscono il loro futuro mattoncino su mattoncino, modificando il progetto in corsa con le novità che la malattia porta. Siamo madri e padri che hanno perso il loro figlio, il loro bene più profondo, la loro stella, un pezzo di cuore, di anima, di vita: il dolore più grande che un genitore possa affrontare. Siamo la voce, flebile, che nessuno sta ascoltando. Noi viviamo con una malattia, la SMA (atrofia muscolare spinale), resa nota dai casi mediatici relativi alle cellule staminali con il metodo del dottor Vannoni. Non è nostro interesse o compito entrare nel merito del suddetto "metodo", per questo c'è il ministro e c'è il mondo scientifico nazionale ed internazionale. E' nostro dovere, diritto, compito, invece entrare nel merito della nostra patologia, per il semplice fatto che alcuni media hanno dato informazioni, parziali, pericolosamente errate, lesive della dignità dei bambini che ci sono oggi, che ci saranno domani e che non ci sono più. Lesive dell'impegno e della

fatica delle famiglie che vivono la malattia, che si adoperano a far vivere i loro figli, a far fare ai loro figli tutto ciò che è in loro potere fare: scuola, piscina, amici. Lesive della dignità di chi ha scelto, in piena libertà e consapevolezza, di accompagnare il proprio bambino in un'altra dimensione, tenendolo stretto per la mano, godendo ogni istante, ogni sorriso, ogni sguardo e ogni respiro, fino alla fine. Queste famiglie sono mosse dallo stesso motore, l'amore estremo per i propri figli. Entrando nel merito delle cose dette relativamente alla SMA:

1) E' stato detto che non ci sono bambini SMA1 sopra i 2 anni e che Celeste, la bambina trattata con il metodo Stamina è l'unica ad essere sopravvissuta. Falso! Ci sono bambini sma1 di 3, 4, 6, 8, 11 anni, che vanno a scuola, che frequentano l'asilo via skype, che usano l'ipad, che ridono con i loro fratelli. Non parlare di loro, non dare corretta informazione sulla malattia, è come distruggere tutto ciò che ogni giorno i nostri bambini conquistano, tutto ciò che abbiamo costruito in anni, distruggere la speranza a chi ha appena ricevuto la diagnosi. E' vero per la SMA non esiste "far-



maco, pillola o sciroppo" la SMA è ad oggi una malattia senza cura, chiunque dica il contrario ha il dovere di dimostrarlo. Nella SMA, specialmente la forma 1, agire subito è fondamentale. Ventilazione, alimentazione, posture, giochi, rianimazione, ginnastica sono tutte cose che permettono a questi bimbi di esserci e di vivere una vita difficile, ma degna! Non dire queste cose è di una pericolosità inaudita.

2) E' stato detto che i bambini SMA1 vivono sdraiati. Falso! I bambini posturati stanno seduti. 3) In Italia esistono vari centri che da anni si prendono cura della persone affette da SMA, Milano, Genova, Bologna, Roma, i giornalisti o gli autori che si sono occupati del "caso Stamina" si sono mai rivolti a questi centri per capire cos'è la SMA in tutti i suoi aspetti, quan-

redazione@nellattesa.it

te persone in Italia ci sono affette? No, si è però dato spazio a un medico che non ha mai avuto in cura tutti gli aspetti della malattia. Questo dottore, per sua stessa ammissione, di SMA sa poco, eppure non ha risparmiato giudizi pesanti su chi da anni è al fianco delle nostre famiglie. Questo per noi è profondamente offensivo, dato che noi affidiamo con fiducia e stima la vita dei nostri figli a questi medici. Il quadro che alcuni MEDIA hanno dipinto è quindi del tutto fuorviante e, ripetiamo, pericoloso per chi riceve oggi una diagnosi di SMA. Quello che noi chiediamo è una corretta, seria e completa informazione, che dia spazio anche a chi non utilizza la meto- dica Stamina e vive diversamente la malattia, con pari dignità e sofferenza. Tutti noi, ovviamente, ci auguriamo che al più presto ci sia una terapia per la SMA, se non definitiva, almeno parziale. Ma in questa vicenda, che ci riguarda direttamente, sentir usare incondizionatamente e senza nessuna cautela la parola cura, senza ad oggi alcuna prova scientificamente valida, alimenta dolore e fru-

— segue a pagina 4 —

## 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**

# Salvato un arto da amputare. Miracolo?... No, semplicemente buona medicina

di Giusy Egiziana Munda



**D**opo aver appreso che la Dott.ssa Erminia Bentivegna - specialista in Chirurgia vascolare e in Radiologia diagnostica presso una nota casa di cure palermitana - ha salvato l'arto di un paziente colpito da un avanzato stato di gangrena, per il quale altre strutture avevano già deciso l'amputazione, abbiamo deciso di farci raccontare da lei questo caso che sembra avere del miracoloso.

“Il paziente affetto da diabete mellito, cardiopatia ischemica con pregressi infarti, ipertensione arteriosa e grave stato anemico aveva avuto l'indicazione all'amputazione fino al terzo medio di coscia (un taglio che avrebbe fatto saltare la gamba dal piede fin sopra il ginocchio) perché colpito da gangrena diabetica ischemica e settica al terzo inferiore della gamba sinistra e piede sinistro”, spiega la Dott.ssa Bentivegna mentre ci mostra le raccapriccianti foto che evidenziano lo stato in

cui versava quell'arto: la carne completamente erosa e nera, la tibia esposta. Immagini tremende che abbiamo preferito non pubblicare per non urtare la sensibilità dei nostri lettori.

Cerchiamo di conoscere meglio la storia di questo paziente. Si tratta di un uomo di 65 anni, diabetico, che inizia la sua odissea con la comparsa di una piccola ulcera alla gamba, favorita dalla sua malattia di base e che, mal curata, si era infettata, sviluppando quella gangrena che nel giro di sette mesi aveva divorato il suo piede e la gamba.

“Se alla comparsa delle prime ulcere questo paziente fosse stato sottoposto ad un percorso clinico diverso da quello che ha seguito, sarebbe stato possibile salvargli tutto l'arto, piede compreso”, commenta amaramente la Dott.ssa Bentivegna che, alla nostra domanda su cosa si possa fare per evitare situazioni del genere, precisa: “Occorre una maggiore collaborazione tra medicina di base e la specialistica nell'evidenziare i soggetti a rischio



La Dott.ssa Erminia Bentivegna

al fine di non sottovalutare alcuna lesione, considerando che quelle dovute ad un'ischemia sono soggette ad infezioni gravissime da parte di germi come lo *Pseudomonas* che erode i tessuti, favorendo lo sviluppo della gangrena settica anche in un paziente non compromesso da arteriopatia e da ischemia”.

Figuriamoci, quindi, quel che succede se si è affetti anche da queste patologie...

Chiediamo alla dott.ssa Bentivegna perché quell'amputazione si sarebbe dovuto praticare fin sopra il ginocchio. “Perché - spiega il medico - tutti i vasi tibiali e quelli peronieri erano com-

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

promessi e, quindi, un taglio al di sotto del ginocchio non avrebbe permesso di risolvere il problema. Per avere un moncone sano, che consentisse di reggere una protesi, era necessaria la sua vascolarizzazione e per avere questo risultato si sarebbe dovuto tagliare fino all'arteria femorale”.

In che modo invece lei è riuscita a salvare la gamba di questo paziente? “Per affrontare in maniera ottimale problemi di questo genere non basta fare solo della buona chirurgia, ma è indispensabile un approccio multidisciplinare, come quello con cui è stato affrontato questo caso riguardo al quale ho avuto il supporto e il conforto del diabetologo, del cardiologo, del nefrologo, dell'internista, ecc... - afferma la Dott.ssa Bentivegna -. Inoltre, è stato indispensabile, durante l'intero periodo di ricovero, trattare il malato con farmaci vasodilatatori, come le prostaglandine, e con antibiotici ad ampio spettro. Dato l'avanzato stato di gangrena,

— segue a pagina 4 —

## 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 fuori? Bello, ma cerchiamo di mantenere le buone abitudini di casa

di Diego Fabra  
medico

diego@fabra.biz



**U**n o d e i p r o b l e m i più insidiosi per chi è nutrizionista è poter consigliare ai propri pazienti uno stile alimentare che consenta anche di socializzare. Socializzare oggi - per gran parte - significa sedersi a tavola. Esistono anche modelli sociali diversi, che prevedano ad esempio incontrarsi per ballare o per vivere il rapporto con l'arte e la cultura, ma, per lo più, si finisce sempre per condividere il cibo. Questo porta a mangiare e a bere oltre la misura richiesta dall'organismo, attuando scelte dettate solo dal piacere della gola. Varrebbe la pena ricordare che non è necessario avvelenarsi per provare piacere, anzi è proprio il contrario: quando siamo padroni di noi stessi, gustiamo anche ciò

che è semplice fino in profondità. A tavola questo vuol dire iniziare con un antipasto salutare, con verdure saporite e cereali ben presentati (mi vengono in mente coppe di riso, o quinoa, o farro con verdure crude o cotte sapientemente miscelate a sughi aromatici e speziati, o anche lavorati all'orientale). Meglio se a ciò chiediamo di aggiungere della frutta saporita e colorata, da condire pure. Siamo così già predisposti ad affrontare un primo o un secondo (non entrambi) ricordando che non sono i pasticci o gli intingoli esagerati a far gustare, ma l'esaltazione del sapore contenuto in ogni ingrediente: dunque, la semplicità è sempre da preferire. Un ultimo accenno riguarda l'uso di dolci e di bevande alcoliche: se abbiamo contenuto l'apporto di carboidrati (pane, pasta, patate, ecc...) allora possiamo assaggiare



anche un dolce, se di particolare fattura, altrimenti rappresenta un assurdo digestivo. Vino e birra, se di qualità, sono sempre graditi, ma impariamo dagli esperti a gustarli in bocca a lungo e bene, per assumerne dosi equilibrate.

## COPPA DI RISO CON PEPERONI E MELANZANE

**Ingredienti:** 3 grossi peperoni rossi e/o gialli, 1 melanzana, 1 o 2 cucchiaini di succo di limone, 300 gr. di riso, olio di semi, alcune foglie di lat-

tuga, foglie di basilico fresco, olive snocciolate  
**Preparazione:** Lavate due o tre grossi peperoni rossi e/o gialli e passateli in forno senza tagliarli. Quando saranno ben appassiti, estraeteli e lasciateli raffreddare. Affettate una melanzana, passate le fette in un po' di olio di semi e sale e cuocetele in padella o alla griglia. Quando sono pronte, disponetele in una terrina insieme ai filetti di peperoni e aggiungete un cucchiaino o due di succo di limone. Fate lessare due tazze di riso (300 gr.) scolatelo bene, passatelo sotto l'acqua fredda per arrestare la cottura e conditelo subito con un po' d'olio di semi perché non si attacchino i granelli, poi lasciate raffreddare bene. Preparate delle coppe foderate con una foglia di lattuga, disponete il riso e le verdure a strati e decorate con foglie di basilico fresco e olive snocciolate.

## SEGUITI DA ALTRE PAGINE

### fa pag. 2 ATROFIA MUSOCLARE SPINALE (...)

strazione, in chi vive la malattia. Pertanto chiediamo ai media che venga garantito il diritto di espressione, la corretta informazione, essendo consapevoli che la negazione di queste due cose ha delle ripercussioni su chi vive oggi la malattia, su chi l'ha vissuta e ha perso un figlio e su chi si è appena trovato catapultato in questo mondo. Ripercussioni di cui i media non possono e non devono essere complici. Siamo fiduciosi del fatto che tale diritto ci verrà garantito.

### fa pag. 3 SALVATO UN ARTO DA AMPUTARE (...)

abbiamo dovuto demolire l'avampiede, abbiamo lavorato per rivascularizzare il resto dell'arto e sul moncone rimasto, oltre all'esecuzione di medicazioni avanzate consistenti in lavaggi antisettici con preparati specifici e bendaggi all'ossido di zinco, è stata applicata la membrana eterologa (prodotta da colla-

ne di origine animale) che ha permesso la rigenerazione e la ricostruzione del derma".

A quanto pare, questo nuovo ritrovato della medicina ha qualcosa di veramente incredibile, tanto da aver permesso alla Dott.ssa Bentivegna, grazie anche alla sua caparbia e al suo spirito di abnegazione, di salvare in 18 giorni di ricovero l'arto del paziente. Così, oggi il sig. A.G. ha un tallone sul quale può appoggiarsi, calzare una scarpa e camminare.

Alla luce di questa storia, sarebbe opportuno che il paziente seguisse un percorso clinico-chirurgico mirato al salvataggio dell'arto anziché arrivare subito alla scelta di un'amputazione, consentendo così al paziente di avere una diversa e migliore qualità di vita. Senza contare che l'incidenza dei costi di un'amputazione maggiore degli arti non si traduce nemmeno in un risparmio per la collettività, tenuto conto degli elevatissimi costi che una persona resa invalida determina a carico del sistema previdenziale.



**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

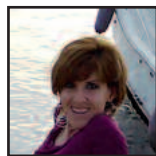
Direttore Sanitario  
**GRAZIA LOCASCIO**  
Specialista in Nefrologia

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

# Dipendenza affettiva, per superarla occorre imparare ad amare meglio se stessi

di Giusy Egiziana Munda



**N**egli ultimi anni, accanto alle note forme di dipendenza - come quella dalla droga o dall'alcol - se ne stanno affermando altre, quali quella affettiva, quella da Internet, dallo shopping compulsivo, che sono, più che altro, di tipo comportamentale e non implicano l'uso di alcuna sostanza nociva. Si tratta di condizioni generali in cui la dipendenza psicologica spinge alla ricerca di un oggetto o di un comportamento senza il quale l'esistenza diventa priva di significato. Per capire cos'è la dipendenza affettiva, come riconoscerla e come affrontarla abbiamo intervistato le psicologhe e psicoterapeute del Centro di Terapia Integrata (CTI).

“Innanzitutto, occorre specificare - dichiara dott.ssa Simona Tarantino - che la dipendenza è un fenomeno tipico della specie umana e non è di per sé patologica, tanto che la prima e fondamentale esperienza di dipendenza è quella del neonato dalle persone che se ne prendono cura. Così come non è dipendenza il bisogno che ognuno di noi ha nella vita di amare ed essere amati, di ricevere approvazione, conferme e ammirazione da parte degli altri. Ma la dipendenza affettiva è altro. E' un disagio psicologico che provoca sofferenza fino a sfociare in gravi problematiche psicologiche, fisiche e relazionali. Nella dipendenza affettiva l'amore

da sinistra  
La Dott.ssa  
Raffaella  
Nocito e  
la Dott.ssa  
Simona  
Tarantino



diventa una droga, determinando uno stato affettivo ossessivo e soffocante, tale da portare in una coppia normale alla distruzione della relazione”.

Profondo senso di colpa, paura di perdere l'amore,

paura dell'abbandono e della separazione, senso d'inferiorità verso il partner, profonda gelosia, totale dedizione all'"altro" e annullamento di sé, abbassamento dell'autostima, senso di vergogna, sono alcuni dei sintomi distin-

tivi di questo tipo di dipendenza della quale soffrono soprattutto le donne. Si stima che il fenomeno interessi il 99% di esse nel mondo. In genere, questa forma di dipendenza si osserva in persone che hanno anche vissuto abusi o maltrattamenti, un aspetto che fa pensare che siano stati tali eventi a far sviluppare forme affettive dipendenti.

“Ma il motivo per cui questo problema è soprattutto femminile - spiega la Dott.ssa Raffaella Nocito - è legato ad un fattore socio-culturale, che abitua a pensare alla donna come a colei che deve prendersi cura dei genitori, dei figli, ma anche del partner, che sente superiore a sé; inoltre, esiste un diverso funzionamento psicologico tra i due sessi”. Più precisamente, sottolinea la Dott.ssa Tarantino, “tra gli uomini è più comune la tendenza ad allontanare dalla mente il dolore delle violenze o delle carenze subite durante l'infanzia attraverso meccanismi d'identificazione con l'attore di queste mancanze o aggressioni. Le donne, invece, tendono a rivivere quel passato di carenze e di abusi nel tentativo illusorio di modificarne il finale. E così ricercano nel partner attuale, quell'amore che non hanno avuto da bambine. Ma lo fanno in maniera ossessiva, soffocante, controllante, richiedendo continua devozione e rinuncia”.

“Chi ha una dipendenza affettiva - incalza la Dott.ssa Nocito - dedica completa-

## GRUPPO PER LE DIPENDENZE AFFETTIVE

### Un percorso esperienziale guidato verso l'indipendenza e l'autonomia affettiva

La dipendenza affettiva, riguarda soprattutto le donne nei rapporti di coppia, ma può essere presente anche in altri rapporti affettivi, attuali o passati, come, ad esempio, quelli con i propri genitori.

#### Per chi?

Per donne che hanno voglia di rivedere il loro modo di essere in una relazione.

#### Come?

Prendendo parte ad un gruppo esperienziale condotto da due psicologhe.

#### Perché partecipare a un gruppo?

Incontrare chi vive problemi simili è una buona occasione per trovare sostegno emotivo attraverso un percorso guidato in cui imparare ad “amarsi liberandosi dal troppo amore” (Lia Inama).

#### A chi rivolgersi?

Chi fosse interessato può contattare il C.T.I. Onlus allo 091551090, lasciando un messaggio in segreteria telefonica, oppure telefonando direttamente alla dott.ssa Raffaella Nocito al 338 7770525 e alla dott.ssa Simona Tarantino al 339 6953587 per fissare un colloquio di accoglienza gratuito. Il 15 Aprile 2013 si terrà un incontro di presentazione in cui verranno chiarite le modalità e i tempi di partecipazione al gruppo. Le attività si svolgeranno presso il C.T.I. Onlus in Via Veronica Gambarà n.2, Palermo.

segue a pagina 8



## 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**

# Pranoterapia, non scienza, ma conoscenza del corpo e della sua energia vitale

di Maria Grazia Costantino  
naturopata riflessologa



**P**rima di entrare nel merito delle varie metodiche diagnostiche e terapeutiche utilizzate per la cura del nostro corpo, ritengo indispensabile soffermarmi su alcuni principi basilari che rappresentano il denominatore comune per la medicina tradizionale e per tutti gli altri approcci terapeutici. L'armonia e l'equilibrio funzionale sono alla base della vita. Il corpo umano è un complesso mosaico biologico in continua evoluzione. Se un punto del nostro corpo perde questo equilibrio, l'intero organismo ne è influenzato. Tale equilibrio è garantito dal perfetto funzionamento del sistema nervoso, del sistema cardiocircolatorio e di quello linfatico. Il sistema nervoso mantiene l'integrità funzionale del corpo e, non a caso, è il primo a svilupparsi nell'embrione; è basilare per la realizzazione del "progetto vita" presente nel DNA delle cellule embrionali. I sistemi cardiocircolatorio e linfatico garantiscono l'assimilazione e il trasporto delle sostanze energetiche, l'eliminazione delle tossine e delle scorie e sono preposti al controllo e

alla difesa del corpo. Ma una condizione particolarmente importante per il nostro equilibrio è il riposo perché garantisce il recupero energetico e psichico dell'organismo, sia in condizioni di buona salute, sia, soprattutto, in caso di malattia. L'energia è la capacità di produrre un lavoro o un mutamento fisico. Esistono molte forme di energia che interagiscono tra loro e permettono all'organismo di svilupparsi e svolgere le sue funzioni. L'energia chimica, derivata dalla trasformazione delle sostanze nutritive, viene utilizzata dall'apparato muscoloscheletrico per produrre energia cinetica (movimento) e termica (calore). Di energia si occupa la bioenergia, la scienza che studia lo scambio dei processi biochimici e metabolici. Infatti, tutte le cellule interscambiano "elettroni informazioni" attraverso impulsi dinamici, generando vibrazioni positive e negative e creando quelle condizioni di equilibrio e di squilibrio che poi generano le condizioni di salute e di malattia. Vorrei soffermarmi su una frase di Socrate che disse che quando si cura un uomo bisogna considerare che dietro l'organo ammalato c'è una mente e dietro la mente c'è un'anima e, per curare l'orga-



no, bisogna capire l'anima. La terapia non può essere monopolizzata da un metodo farmacologico, ma dev'essere costituita da un mosaico di metodologie. Il medico dovrebbe prendersi cura non solo dell'uomo malato, ma anche dell'uomo sano, per conservare la sua salute e aiutarlo ad affrontare meglio il corpo in caso di malattia. Oggi si discute da più parti di medicina complementare e, in particolare, di pranoterapia. Le accuse principali che le vengono mosse si basano essenzialmente sul fatto che si tratta di una terapia non ortodossa, priva di conferme sperimentali, di basi tecniche e di riscontri scientifici. Da più parti si chiede una prova dell'esistenza dell'energia vitale sulla quale si basa il "prana".

redazione@nellattesa.it

La pranoterapia non è magia, è un'antica tecnica terapeutica che dà la possibilità di curare e, forse, anche guarire un malato con la sola imposizione delle mani. Cornelio Agrippa, Paracelso, Cagliostro, Mesmer sono i nomi più prestigiosi collegati alla storia della pranoterapia. Essa non ha controindicazioni. E' un presidio terapeutico che non esclude, ma può integrare gli altri mezzi di cura. Non dev'essere considerata come la terapia "dell'ultima spiaggia" e non è una cura miracolistica, ha anch'essa i suoi limiti.

Il prana è un riequilibratore energetico e la sua applicazione ristabilisce l'omeostasi. Non ha semplicemente un effetto placebo e non dipende dalla suggestione.

Il termine prana potrebbe essere definito come equivalente di bioenergia, cioè energia di natura biologica posseduta in quantità maggiore dal pranoterapeuta. La pranoterapia, quindi, potrebbe essere considerata come la medicina della comunicazione, con essa si ricompono la diade operatore sanitario - paziente, senza l'interferenza dello strumento sanitario. Quindi, il pranoterapeuta è un uomo che cerca di aiutare

segue a pagina 4

## 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, Spermiogramma, 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. Per consultazioni chiamare: 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.mg@libero.it](mailto:marioguarino.mg@libero.it)

# Dall'assistenza alla persona al disbrigo pratiche: IRIS, dieci anni al servizio di famiglie e anziani

IRIS Servizi alla persona - Assistenza domiciliare

via Pitrè 164/A (Palermo) - Tel. 0917026528 - 329 9504144

**D**ieci anni al servizio delle famiglie e degli anziani. IRIS, la cooperativa specializzata nella fornitura di servizi alla persona e di assistenza domiciliare per anziani, malati e disabili, li festeggia implementando la gamma delle proprie prestazioni. E' proprio il continuo affinamento dei servizi, per venire incontro alle esigenze della clientela e l'indubbia professionalità del suo personale, che ha determinato il successo di IRIS.

“Questa ricorrenza è un'occasione per ricordare chi siamo e di cosa ci occupiamo - dichiara Angela Fiumarelli, responsabile dell'organizzazione -. Le numerose assistenze che abbiamo curato in questi anni sono il riconoscimento di un lavoro svolto con amore e rispetto nei confronti dei nostri assistiti che hanno trovato in noi serietà, professionalità e dedizione. Alla base c'è un'importante filosofia: il prendersi cura della persona che per prima si è presa cura di noi, nel luogo per lei più importante: casa propria”. E i servizi che offre IRIS sono davvero tanti: dall'attenzione all'assistito all'aiuto nel compiere quegli atti quoti-

diani nei quali non riesce più da solo (la cura della sua igiene personale, il sostegno nel vestirsi, l'aiuto alla deambulazione, il riordino dell'ambiente in cui egli vive, la preparazione e somministrazione dei pasti, il cambio degli indumenti e lavori di piccolo bucato, il controllo delle terapie farmacologiche che assume, la compagnia nelle passeggiate, la spesa giornaliera e il disbrigo di piccole commissioni (ritiro di ricette mediche e acquisto di farmaci). “Tra i compiti dei nostri assistenti - precisa la Fiumarelli - c'è anche quello di tenere i contatti con il medico di base dell'assistito per la prescrizione delle sue medicine e con il servizio infermieristico domiciliare. Ma anche quello di stimolare il recupero e il mantenimento dell'autonomia personale e la vita socio-relazionale degli assistiti. Con rispetto e affetto, cerchiamo di sostituirci ai familiari nell'assistenza del loro caro, direttamente al proprio domicilio, o in ospedale 24 ore su 24, offrendo un aiuto professionale sicuro e di qualità. Attraverso il costante miglioramento dei nostri servizi, cerchiamo di offrire una migliore qualità di vita agli



Angela Fiumarelli

anziani a e alle loro famiglie che a noi si affidano”.

E, nel caso di anziani che necessitano di assistenza infermieristica, IRIS è in grado di garantire anche questo servizio attraverso delle convenzioni con infermieri, che svolgono la loro opera su richiesta per l'inserimento di flebo, cateteri, ecc... “In alcuni casi - dichiara Angela Fiumarelli - abbiamo persino garantito servizi domiciliari di trasfusione di sangue”.

L'assistenza domiciliare è svolta da operatori preparati, opportunamente qualificati e selezionati. “Il personale a cui affidiamo i nostri servizi - precisa la Fiumarelli - viene accuratamente selezionato attraverso colloqui sostenuti con lo psicologo del lavoro che conosce perfettamente il ruolo dell'assistente ed è in grado di riconoscere i candidati più adatti, favorendone una migliore

iriscooperativa@libero.it

performance lavorativa”. Grazie a IRIS il cliente sa di avere dentro casa personale serio e d'indubbia preparazione professionale. In caso d'improvviso impedimento da parte dell'operatore assegnato, l'organizzazione provvede immediatamente alla sua sostituzione. Senza contare che non si corre il rischio d'incorrere in vertenze, come spesso accade a coloro che si affidano a personale raccogliaccio. Inoltre, IRIS è coperta da polizza di responsabilità civile per i danni che involontariamente gli operatori possono causare durante l'esercizio del loro lavoro. IRIS si sta organizzando per servizio sempre più a 360 gradi. “Partiremo presto con il supporto per l'acquisto e la consegna a domicilio di spesa e di farmaci; attraverso una convenzione con i CAF, offriremo un servizio di assistenza fiscale per gli anziani non più autosufficienti, che potrebbero essere seguiti direttamente a casa; un servizio di disbrigo da parte di nostri operatori per la richiesta di ausili sanitari per chi ne ha diritto”, conclude la Fiumarelli. Ricordiamo che il servizio di assistenza fornito da IRIS è deducibile dalle tasse.

## CONSIGLIATI

### NEFROLOGIA

#### **DOTT.SSA 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

#### **DOTT. 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 Salom-

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

### OZONO-TERAPIA

#### **DOTT. 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

#### **DOTT. 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.podoposturologiadotalagna.it. E-mail: pepalagna@gmail.com

### PSICOLOGIA

#### **DOTT. 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

**Centro di Terapia Integrata Onlus C.T.I. Onlus, U.O.L. Aidap Palermo. Dott.sse: E. Cardella, R. Contentezza, O.Martinez, R. Nocito, S. Tarantino**

Consulenza, sostegno psicologico e psicoterapia individuale, di gruppo, di coppia e familiare. Unità Operativa Locale AIDAP per la cura dei disturbi alimentari e dell'obesità. Gruppi per le dipendenze affetti-

ve, per il sostegno alla genitorialità (parent coaching) e per l'obesità. Valutazione psicodiagnostica. Il Centro si avvale della collaborazione di psichiatra, medico internista e dietista. **LA PRIMA CONSULENZA PSICOLOGICA E' GRATUITA.** Tel. 091551090, Via Veronica Gambarana n. 2, PALERMO. Sito web: www.ctionlus.it

#### **DOTT.SSA 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

E-mail per informazioni:  
commerciale@nellattesa.it

fa pag. 5 **DIPOENDENZA AFFETTIVA, PER SUPERARLA (...)**

mente tutta se stessa all'altro, fino ad annullarsi del tutto. Si innamora dell'uomo sbagliato, sfuggente, che spera di riuscire a cambiare e dal quale ha la presunzione di riuscire a farsi amare. Sceglie un partner non per il piacere di stare insieme, ma per la paura di stare sola".

Per guarire dalla dipendenza affettiva occorre che la donna che ne soffre acquisisca la consapevolezza che non deve amare qualcuno fino a soffrirne, ma che deve amare abbastanza se stessa da non volere più soffrire. Giungere a questo livello non è semplice anche perché, nonostante il forte malessere, è molto difficile chiedere aiuto per vergogna.

Prendere parte ad un gruppo di persone che vivono problemi simili può essere un'ottima occasione di confronto e di terapia. Attraverso il gruppo si possono ritrovare la voglia, le motivazioni e le possibilità per uscire da relazioni tossiche. A volte ci si può avvalere del supporto psicologico individuale, altre può essere necessaria la psicoterapia. In alcune circostanze, dopo l'esperienza del gruppo, si può avviare un percorso individuale. In ogni caso il primo passo per riuscire a superare il problema è riconoscere di averlo.

fa pag. 6 **PRANOTERAPIA, NON SCIENZA, MA CONOSCENZA (...)**

un altro uomo a star bene, trasformandosi esso stesso in medicina. Il suo ruolo dev'essere trasparente per evitare confusione e odiose critiche. Per fare il pranoterapeuta è necessario amare i propri simili perché si toglie qualcosa a se stessi (l'energia), trasferendola ad una altro uomo. Un processo che è possibile solo come atto d'amore.

Ma tutto questo non basta perché, per correttezza professionale, questa energia dev'essere verificata e misurata attraverso alcune apparecchiature che si trovano presso alcuni centri specializzati. Anch'io mi sono sottoposta a più di un rilievo strumentale, risultando più che eccellente sotto il profilo delle facoltà bioradianti in prano pratica. Ho anche seguito un corso di bioprogrammazione energetica, studiando tecniche terapeutiche antiche, come l'agopuntura e lo shiatsu, e moderne, come la fitoterapia, l'auricolterapia, l'omeotossicologia, la floterapia. Ho seguito un corso di riflessologia, conseguendo il diploma di master operatore naturapata con tenciche bioenergetiche e bropsicosomatica.



Ecco i nuovi convenzionati alla Card:

**Progresso Medico s.a.s.**

specializzazione Chirurgia plastica  
recapiti Via F. Brunelleschi, 15A - Tel. 091206683 - Fax 0916859790 - e-mail: info@progressomedico.com  
prestazioni Chirurgia plastica ricostruttiva - Chirurgia estetica - Medicina estetica **sconto 20%** - Trattamenti laser - Indagini dermoscopiche **sconto 15%**

**FarmaNova Dott. Carlo Di Fede**

specializzazione Parafarmacia  
recapiti Via Autonomia Siciliana, 105/107 - Tel. 0916268196 - Palermo - e-mail: carlodifede@libero.it  
prestazioni Farmaci OTC e SOP **dal 12 al 25%** - Omeopatia **dal 10 al 34%** - Integratori alimentari (prima) **dal 12 al 40%** - Fitoterapici **dal 12 al 33%** - Veterinaria **dal 10 al 20%** - Elettromedicali **dal 20 al 45%** - Dermocosmesi **dal 10 al 30%** - Igiene orale **dal 14 al 25%** - Prodotti per incontinenza **dal 15 al 23%** - Prodotti per diabetici **dal 10 al 20%**. Su tutti i prodotti sconto extra Sanit Card **5%**

**Cappellino & Cappellino - Specialisti in Radiologia**

specializzazione Centro di radiologia  
recapiti Via Roma, 388 - Tel. 0916117891 - Cell. 3318494744 - sito web: www.radiologiacappellino.it  
prestazioni Radiologia - Risonanza magnetica - Ortopantografia - Mammografia - H.F. digitale - Stereotassi - T.C. Spirale - Ecografia 3D live - Ecocardiografia - E-Color-Doppler - Morfometria vertebrale digitale - Mineralometria Ossea computerizzata M.O.C. - Posturologia - RX a domicilio **sconto 10%**

per informazioni contattare  
il nostro numero verde 800 974 456

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

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

**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](http://www.nellattesa.it)  
**Amministratore unico** Sergio Fabra [sergio@fabra.biz](mailto:sergio@fabra.biz)

**Direttore responsabile** Michele Guccione [micheleguccione@nellattesa.it](mailto:micheleguccione@nellattesa.it)  
**Direttore editoriale** Diego Fabra [diego@fabra.biz](mailto:diego@fabra.biz)  
**Hanno collaborato a questo numero** Maria Grazia Costantino [redazione@nellattesa.it](mailto:redazione@nellattesa.it) -  
Diego Fabra [diego@fabra.biz](mailto:diego@fabra.biz) - Giusy Egiziana  
Munda [giusymunda@nellattesa.it](mailto:giusymunda@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](mailto: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 26 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