

nell'attesa...

da un'idea del Dott. Diego Fabra



anno 8 - n.17 del 29 aprile 2013 - distribuito in 904 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

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".

BRONDIZIARI
CENTRI DIAGNOSTICI
CENTRI BENESSERE

ALIMENTI PER CELIACI
MEDICI SPECIALISTI
PALESTRE

FARMACIE
LABORATORI DI ANALISI
CLINICHE PRIVATE
e tanto altro ancora...

Sanit-Card
N° 100 200 1004266

Chiama il numero verde 800 974 456

La realtà non è quella che si vede o si tocca

di **Diego Fabra**
 medico



Con consiglio a qualsiasi persona di non sparare tutte le cartucce subito. Nel campo della cultura personale e della ricerca penso sia un errore concentrare e consolidare le proprie conoscenze nella prima parte della vita, formare un sistema più o meno compiuto e procedere con sicurezza senza curarsi di aprire mente e cuore alla curiosità. Le scoperte più belle la vita me le ha riservate nelle età successive e questo è avvenuto dopo aver "smontato" certezze e supponenze fastidiose per me e per gli altri. A coronamento di un denso periodo, ricco di luminose ricerche che hanno reso facile e dolce lo studio sull'agire umano, mi è stato proposto di approfondire una scienza relativamente recente: l'epigenetica. Chi l'ha proposto è un grande personaggio, Carluccio Bonesso, psicopedagogo nordico esperto in psicologia delle emozioni. L'epigenetica in qualche modo



Koninck Salomon (1609 - 1657): Un vecchio studioso

ne fa parte, ma approfondendo il rapporto che il nostro micro mondo, quello cellulare e molecolare, intrattiene nel campo delle relazioni. L'ambiente ci modifica, que-

sto è certo, e può determinare un destino o un altro. Anche questo è ben noto. Ma quello che l'epigenetica studia sono i processi più intimi, biologici, biochimici, che il

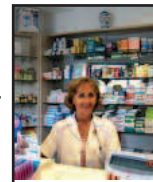
diego@fabra.biz

nostro corpo elabora nell'interazione tra cellula ed ambiente. Questo può significare emozioni, malattie o benessere, nutrizione, cultura, arte, sport, lutti, traumi, e via dicendo. Noi siamo ciò che crediamo, e il nostro destino sarà da noi determinato.

Una parte molto interessante riguarda poi la riflessione sul primato della membrana cellulare rispetto al Dna e al codice genetico. Viene smontato un assioma della biologia precedente, cioè che tutto è scritto nel doppio filamento di Dna, dal carattere al destino dell'uomo. L'elemento che interagisce e che fa da interfaccia tra la struttura genetica e la realtà intorno è invece proprio la membrana cellulare. Ad essa spetta dunque il primato, così come è il software che riempie la vita del pc, non l'hardware che ne consente la vita. Per anni ho vissuto nella convinzione che la realtà fosse ciò che vedevo o toccavo. Ho coltivato un'illusione. Oggi sono ancor più curioso di prima. Chissà che non si apra un nuovo orizzonte.

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

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

Assifin Italia,
 la facilità di avere credito.

CESSIONE QUINTO - PRESTITI PERSONALI - MUTUI SU MISURA

RIFINANZIAMENTO DI PRESTITI
 IN CORSO CON ALTRI ISTITUTI E INPDAP.

DELEGA DOPPIO QUINTO STIPENDIO
 IN CONVENZIONE E NON.

P
 Parcheggio gratuito per i clienti

800 267709
 Numero verde gratuito anche da cellulari.

ASSIFIN ITALIA
 Assifin Italia srl - Corso Tukory, 250 - Palermo
www.assifinitalia.it

Sc. Reg. Imprese P.Iva. 140288 - C.C.I.A.A. n. 183229 - Agenzia in attività finanziaria. D.A.M. n° 87676 - Finanziamenti salvo approvazione enti erogatori assicuratori - come per legge consegniamo, prima della stipula del contratto, l'adempimento informativo europeo di base sul credito al consumatore. Fogli informativi delle assicurazioni in sede - per verificare il merito creditizio personale consultate www.monditalia.it, per le condizioni con gli intermediari finanziari www.assifinitalia.it/condizioni, sul nostro sito www.assifinitalia.it o più comunemente l'elenco TICCO degli uffici per la scelta del giusto finanziamento.

Nuovi progetti per il Terzo Settore

di Francesco Sanfilippo

sanfilippofran@nellattesa.it



La società italiana va mutando le sue peculiarità e non sempre positivamente. Aumentano le separazioni e forme diverse di unioni civili che cambiano i connotati della famiglia tradizionale. La crisi economica strutturale ha scoperto le deficienze del nostro sistema industriale, mentre la burocrazia frena e soffoca il sistema socio-economico già in difficoltà. Inoltre, lo Stato abbandona numerosi servizi, delegandoli in modo disordinato agli enti privati, mentre aumentano i costi sociali dovuti a un'assenza di strategie chiare di sviluppo e innovazione, in particolare nel sociale. Ciò appare in tutta evidenza nel Terzo Settore, dove le associazioni sono chiamate a svolgere compiti più pressanti rispetto al passato.

Tali compiti richiedono spesso un impegno finanziario tale da mettere in difficoltà le risorse su cui si basavano le politiche tradizionali di fund-raising delle associazioni. Per rispondere alle esigenze che la realtà attuale pone, le organizzazioni di volontariato sono chiamate a rivedere i loro obiettivi, le loro strategie e la loro stessa struttura gestionale. A questo proposito, un utile strumento si dimostra la Fondazione con il Sud, che da sette anni promuove progetti volta a potenziare l'infrastruttura sociale nelle regioni del Mezzogiorno. Infatti, uno dei principali limiti è la cultura molto individualista che riflette, in realtà, uno dei limiti della società di queste regioni. Ciò provoca attriti continui tra le esigenze che una moderna associazione affronta e le dirigenze che trovano difficoltà a comprendere un mondo in rapido mutamento.

È quanto è emerso durante un recente incontro, promosso dai tre centri servizi siciliani, al quale hanno partecipato i rappresentanti del Terzo Settore e della Fondazione con il Sud. L'incontro, svoltosi ai cantieri culturali alla Zisa di Palermo, si è posto l'obiettivo di raccogliere i suggerimenti e le esperienze delle associazioni per migliorare e rendere più mirati gli obiettivi del prossimo bando. Questo sarà il 3° bando consecutivo, intitolato "Programmi e Reti di Volontariato", per le reti di

segue a pagina 7

Lavoro: l'importanza della selezione

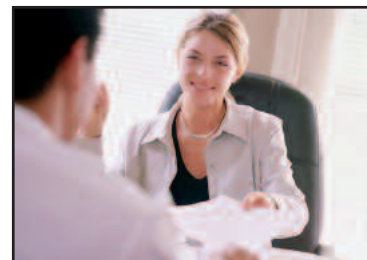
di Riccardo Ingui

psicologo del lavoro

ric.ing84@gmail.com



La selezione del personale è uno dei processi aziendali più sottovalutati, nonostante spesso da esso dipenda gran parte del successo dell'azienda stessa. Non è raro che venga demandata tale funzione a chi di questo processo ha poca pratica, pensando che l'addetto debba semplicemente leggere dei curricula e individuare il soggetto con la competenza tecnica ricercata. In realtà, come abbiamo visto, oggi la visione del lavoratore come mero portatore di sapere tecnico e fautore automatico di mansioni lavorative ha già lasciato da tempo (e, purtroppo, in questo in Italia siamo ancora molto indietro) alla figura del cittadino dell'organizzazione, portatore di saper fare, ma anche e soprattutto di saper essere. Il profilo del candidato ideale non si risolve più in un atteso che riconosce una specifica qualifica, ma si evolve in un corredo di qualità personali, che chiamiamo competenze trasversali, e che portano all'azienda quel surplus



di azione e creazione che può determinare lo sviluppo dell'organizzazione intera.

Da qui la necessità di affidare la selezione ad un professionista del settore, il quale sarà innanzitutto un cultore dell'ascolto: il primo passo della selezione, infatti, sta proprio nell'ascoltare dalle parole del datore di lavoro (o una delle posizioni responsabili) quali compiti prevede la mansione, perché lo si ricerca, ma soprattutto "chi" si ricerca, in termini di collaborazione professionale tecnica e sociale, di azione e di responsabilità. Si parla qui di primo passo perché, si è già citato, ma è giusto sottolineare, che la selezione del personale è un processo, non un semplice compito e, come tale, segue un iter di tappe ben precise e delineate, che, se seguite con la giusta accortezza, possono portare grande qualità.

Asilo Nido e Scuola Dell'Infanzia Paritaria

Il mondo incantato

Ludoteca • Mensa Biologica • Feste di Compleanno
Toposcuria • Corsi di musica, inglese, scacchi

Via Sciuti, 102/F
tel. 320 627 6289 • 346 414 6616
091 346 907

RANBAXY
Trusted medicines. Healthier lives

FARMACI DI QUALITÀ'

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.

iGUIDO CAR SHARING

LA RIVOLUZIONE DELLA MOBILITÀ 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

Lo studio con la più alta dotazione tecnologica nel settore della diagnostica per immagini

di Giusy Egiziana Munda



Centoventadue metri quadri con la più alta dotazione tecnologica nel settore della diagnostica per immagini. E' ciò che offre lo studio di radiologia Cappellino & Cappellino di Palermo. Una struttura all'avanguardia per la diagnosi delle principali patologie attraverso l'impiego delle più avanzate apparecchiature digitali presenti nel settore. "Da noi è possibile eseguire tutta la diagnostica ad immagini, dalla semplice radiografia digitale alla TAC spirale multistrato, dall'ecografia alla mammografia digitale, dall'ortopantomografia alla morfometria vertebrale, fino alla mineralometria ossea computerizzata. Ad oggi, siamo in grado, mediante l'acquisizione volumetrica tridimensionale di un ecografo, quindi non a raggi X, di assicurare scansioni tipo TAC con un grado di accuratezza diagnostica simile ad essa o, alcune volte superiori, in organi come la prostata o la

pelvi femminile". Così il Dott. Gaetano Cappellino, titolare dell'omonimo studio.

Grazie all'elevato standard di qualità di questi strumenti, uniti alla provata competenza e professionalità di tutto il personale, lo studio Cappellino si proietta tra gli studi radiologici al mondo in grado di assicurare al paziente il più elevato grado di accuratezza diagnostica. Ultima arrivata, la risonanza magnetica aperta, il cui ingresso ha determinato un restyling generale di tutto lo studio.

"Per consentire l'ingresso di quest'apparecchiatura - una risonanza magnetica di classe 2A - è stato necessario creare un sito dedicato nel rispetto delle normative ISPELS", spiega il Dott. Cappellino. Requisiti ai quali lo stesso, ha voluto adeguare il proprio studio per poter offrire ai suoi pazienti garanzia di sicurezza e qualità. Ma non finisce qui: "Grazie all'installazione di UTA (Unità Trattamento Aria), che microfiltrano l'aria degli ambienti, la portano a temperatura ed umidità costante ed uniforme, il nostro paziente respira aria



La risonanza magnetica aperta

pura come quella di montagna", precisa Cappellino.

Quali sono le motivazioni che hanno spinto all'acquisizione di questa nuova macchina? "Innanzitutto, le continue liste d'attesa della sanità pubblica e le sempre più numerose richieste di risonanza magnetica rivolte al nostro studio che, con questa new entry, ora è al completo. Inoltre, la possibilità di sviluppare ulteriormente questa apparecchiatura e le sue potenzialità, attraverso la collaborazione con la casa costruttrice". Ricordiamo che la macchina, oltre alle articolazioni, consente di eseguire esami sulla colonna vertebrale e sulle articolazioni tempo-

romandibolari per le problematiche di tipo posturale e gnatologico.

Alcuni dettagli tecnici: "E' la risonanza magnetica articolare che rappresenta il più alto campo magnetico (Tesla 0.33) fin'ora presente in commercio - spiega il Dott. Cappellino -. Caratteristiche, queste, che consentono prestazioni incomparabilmente migliori in termini di rapidità e di accuratezza dell'esame diagnostico, grazie alla produzione d'immagini molto ben definite e stratificate". Una macchina che rappresenta la perfetta sintesi tra innovazione tecnologica e comfort per il paziente che, per fare la risonanza, non si vedrà più inserire in un tunnel, ma sarà comodamente sdraiato su un lettino aperto di lato, ai piedi e alla testa. La macchina è un magnete permanente e, come tale, crea vantaggi per l'ambiente (rispetto alle comuni risonanze con tesla 1,5 che richiedono un elevato consumo di energia elettrica e di elio per il raffreddamento dei superconduttori di cui

segue a pagina 5

Un prodotto naturale per l'apparato cardiovascolare

Angiovein è un prodotto della Piam Farmaceutici utile per il circolo, il microcircolo, il trofismo dei tessuti, nell'insufficienza veno-linfatica e per contrastare l'invecchiamento. E' un integratore alimentare di estratti vegetali secchi che contiene acido lipoico, sei estratti vegetali ad elevata concentrazione e ad azione sinergica e due vitamine ad azione protettiva degli epitelii. Tra i suoi componenti sono presenti i più potenti antiossidanti ed antiradicali liberi naturali conosciuti. Ha un'azione coadiuvante il circolo venoso, arterioso e linfatico, di rinforzo e protezione della parete vasale, antiedemigena, fluidificante il sangue e chelante i metalli pesanti. Un apparato vascolare integro significa una corretta circolazione nella cute, nei tessuti sottocutanei, negli arti, nel cuore, nell'apparato oculare e dell'udito, nel cervello e in tutti gli altri organi. Migliorare la circolazione è importante in numerose malattie vascolari e



metaboliche e durante l'assunzione di contraccettivi orali, la scleroterapia, per contrastare l'invecchiamento cutaneo precoce, per proteggere l'organismo nei viaggi e nella vita sedentaria. Le alterazioni del microcircolo possono provocare un abnorme aumento della permeabilità endoteliale con conseguente eccessivo passaggio di acqua e proteine plasmatiche negli spazi interstiziali.

Angiovein contiene estratti vegetali purissimi, a concentrazione elevata, senza conservanti. Tutti gli estratti e l'acido lipoico svolgono un'azione antiradicali liberi, antiedemigena, ed antinfiammatoria. L'acido lipoico

co e la Vitis vinifera sono tra i più potenti antiossidanti naturali. La Centella asiatica, l'Ippocastano, l'Andrographis e la Vitis vinifera svolgono un'azione favorente il trofismo delle pareti vascolari e dei tessuti sottocutanei. Il Ginkgo biloba, l'Allium sativum, l'Andrographis e la Vitis vinifera facilitano e migliorano la circolazione con quattro differenti meccanismi di azione. L'Allium sativum ed il Ginkgo biloba aumentano la capacità di deformazione plastica dei globuli rossi che penetrano più facilmente nei capillari, migliorando l'ossigenazione dei tessuti. L'Andrographis, l'Acido lipoico, Allium sativum ed il Ginkgo biloba hanno un'azione vasoattiva sul microcircolo. La Vitis vinifera e l'Allium sativum hanno un'azione anticolesterolemica. L'Acido lipoico, l'Allium sativum e la Vitis vinifera proteggono l'organismo dai metalli pesanti con tre diversi meccanismi d'azione. L'Ippocastano e la Centella esercitano un'azione contrastante la formazione di

edemi e di stimolo sulle cellule che formano fibre elastiche e collagene. Grazie all'equilibrata e sinergica miscela dei suoi componenti naturali, può essere utile nel trattamento di inestetismi come la PEFS "cellulite" e l'invecchiamento cutaneo precoce, che dipendono da un imperfetto microcircolo e dall'effetto dei radicali liberi sulle membrane cellulari e sulle fibre elastiche e connettivali. Il prodotto è indicato per fornire un apporto supplementare di nutrienti, antiossidanti e antiradicali liberi che possono essere utili per migliorare il trofismo dei tessuti e l'attività del microcircolo e del circolo venoso. La capsula vegetale è gastroresistente. **Angiovein** può essere assunto anche alla sera perché non contiene estratti vegetali che inducono insonnia. L'assunzione di **Angiovein** durante l'attività muscolare, accompagnata da una dieta idonea, può indurre una più rapida riduzione del pannicolo adiposo.

Cibo: due epoche a confronto

di Diego Fabra
medico



Un a r i - c e r - c a h a voluto verificare i valori nutrizionali di molti prodotti alimentari di uso corrente, mettendoli a confronto con la composizione degli stessi prodotti di venti anni fa. Questo perché è evidente a tutti che abbiamo perduto qualcosa coi nuovi metodi, spesso tendenti a realizzare alimenti belli, ma "vuoti".

E ciò salta all'occhio quando proviamo prodotti biologici autentici o giungiamo in qualche rara fattoria dai metodi

tradizionali ed assaggiamo qualcosa. Tutto appare nella sua reale fisionomia: la frutta è brutta, ma incredibilmente profumata e buona; la carne è dura e serrata, ma ricca di sapore. Compaiono insettini e vermetti che inquietano l'uomo moderno, ma che sono providenziali e benvenuti, perché indici di buona salute ecologica.

Dalla ricerca scopriamo che in vent'anni le banane hanno perso quasi tutto l'acido folico e che ci vogliono cinque mele per ottenere la stessa vitamina C che si otteneva da una singola mela. Questo per fare solo un esempio.

L'elenco è lungo e triste per-



ché non c'è un solo cibo che nel frattempo si sia arricchito.

Cosa significa ciò? Che dobbiamo stare attenti a scegliere. Spendere più significa scegliere cibi di qualità, ma soprattutto cercare campagne, mercati, singoli produt-

Una ricerca ha verificato i livelli nutrizionali di molti alimenti rispetto a quelli di vent'anni fa

diego@fabra.biz

tori che ci faranno tornare all'essere naturali.

ANTIPASTO LIGURE DI POMODORI

Ingredienti: 4 grossi pomodori maturi, maionese senza uova, olio, limone, basilico, 1 pugno di prezzemolo, 50 gr. di pinoli, 20 gr. di capperi, olio e sale quanto basta

Preparazione: Tagliare i pomodori a metà. Privarli dei semi. Preparare nel frullatore una salsina con un pugno di prezzemolo, basilico, pinoli e i capperi, olio e sale. Amalgamare la salsina verde con la maionese girando dolcemente. Riempire i pomodori e servire.

Odontoiatri e odontotecnici insieme per il bene del paziente

di Giusy Egiaiana Munda



Fa v o - r i r e la crescita culturale, professionale e personale continua attraverso incontri di studio, di confronto, di scambio d'informazioni, di conoscenze e di esperienze tra odontotecnici ed odontoiatri giovani, ma anche affermati, è la mission del Progetto Trinacria. Un'associazione culturale nata nel 2009 per iniziativa di un gruppo di operatori siciliani appartenenti alla branca odontoiatrica con uno scopo comune: crescere insieme, scambiandosi informazioni attraverso diversi incontri annuali. "L'obiettivo del nostro progetto - spiega il

Dott. Saverio Buccheri, odontoiatra del gruppo - è diffondere l'importanza del sinergismo tra gli operatori del settore (in particolare, tra gli odontoiatri e gli odontotecnici), del lavoro in team per il bene del paziente".

Pensiero assolutamente condiviso anche dall'odontotecnico del gruppo, Renato Amico, che aggiunge: "Il rapporto diretto e il continuo confronto tra medico e tecnico è un requisito fondamentale per il raggiungimento di obiettivi ottimali e per la realizzazione di prodotti di qualità a vantaggio della salute del paziente". Il gruppo, che attualmente conta 20 soci siciliani tra odontotecnici, odontoiatri e responsabili commerciali di settore, "agi-



sce in Sicilia e funge da rete di collegamento tra gli operatori di tutta l'Isola, con lo scopo di favorire l'interscambio culturale e di conoscenze di grande utilità comune", dichiara Fabio Grispo, tesoriere dell'Associazione. Una volta l'anno il gruppo organizza degli eventi estesi a tutti i colleghi che volessero prendervi parte per un interscambio e una condivisione cultu-

giusymunda@nellattesa.it

rale più ampia. E' previsto per l'11 maggio prossimo l'evento del Trinacria Day che quest'anno è alla terza edizione. Le porte dell'Astoria Palace di Palermo saranno aperte dalle 9 alle 16, per accogliere l'evento. Il tema oggetto di studio dell'incontro è "Arte e percezione visiva applicata all'odontoiatria estetica", ossia l'estetica applicata alla protesi. La partecipazione all'evento, nel corso del quale saranno dati 10 ECM, è gratuita ed aperta agli odontoiatri e agli odontotecnici che volessero prendervi parte.

Per info contattare la segreteria organizzativa del Progetto Trinacria al numero 348 7287092 o via e-mail: info@progettotrinacria.com.

Il Prof. ENRICO CASTELLACCI

specialista in Ortopedia, Fisiatria e Medicina dello Sport, Primario emerito ortopedico e Docente nelle Università di Siena e Pisa, Responsabile medico della Nazionale italiana di calcio, Direttore del Centro studi e sperimentazione in Ingegneria tissutale presso l'Ospedale Campo di Marte di Lucca

E' A PALERMO CON CADENZA MENSILE

E' possibile effettuare visite e consulenze contattando la Dott.ssa Serena Tripoli al 347 6309549



Il Prof. Enrico Castellacci effettua interventi sperimentali con Fattori di Crescita e Cellule Staminali

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

Prepariamo il nostro corpo per l'estate

Attenzione alla lunga esposizione al sole: è bene proteggersi per evitare l'invecchiamento della pelle

MEDICINA
ESTETICA

di Giovanni Alberti - Vicepresidente
Accademia Italiana di Medicina Estetica



Finalmente la primavera comincia a farsi sentire con i primi calori sulla nostra pelle, per cui, per assaporare meglio questo tepore, l'andremo scoprendo sempre più.

Facciamo attenzione alla pelle del viso con un'adeguata protezione solare che useremo più volte al giorno, secondo i tempi di esposizione, e che useremo anche sulle altre zone del corpo per prevenire un invecchiamento precoce.

Se, nel far questo, ci si accorgesse di qualcosa che ci sembra essere peggiorata rispetto all'estate precedente, è meglio ricorrere ai suggerimenti di un medico estetico per poter intervenire secondo le reali necessità; per esempio, se si notasse che la pelle si presenta secca ed asfittica, potrebbe essere necessario fare dei trattamenti di rivitalizzazione, magari preceduti da un peeling di luminosità, cosa questa che vale sia per il viso che per il corpo.

Un trattamento analogo va fatto se si è perso tono cutaneo, abbinando anche delle sedute di Radio-Frequenza.

Se si notasse un'accentuazione delle rughe, potrebbe essere il caso di ricorrere anche ad un filler, metodica di riempimento con acido ialuronico.

Per quanto riguarda il corpo, se si notasse un accumulo di grasso localizzato, soprattutto nelle zone critiche in cui si manifesta la PEFS (Pannicolopatia Edemato Fibro Sclerotica), più comunemente



conosciuta come "cellulite", potrebbe essere necessario abbinare più tipologie di trattamento essendo diverse le cause che concorrono alla formazione di queste che sono manifestazioni antiestetiche di altre problematiche che potrebbero essere circolatorie, metaboliche, ormonali

ecc. Il primo consiglio è di iniziare (o mantenere) una corretta alimentazione, associata possibilmente ad un'adeguata e graduale attività fisica. Se ci fosse la necessità di qualche trattamento, tra le metodiche più studiate di esclusivo uso medico, menzioniamo la mesoterapia

SEGUE DA PAGINA 3

LO STUDIO CON LA PIU' ALTA DOTAZIONE TECNOLOGICA (...)

sono dotate) e per la tasca del cliente che, al costo di un'ecografia o di una TAC fatte privatamente, può avere una risonanza magnetica di alta qualità. Ricordiamo che lo studio Cappellino è accreditato con l'Asp, per cui è possibile sottoporsi a questo esame pagando il ticket o in regime di esenzione nei limiti consentiti dal budget assegnato alla struttura. E per quelli che non desiderano attendere i tempi di prenotazione in regime Asp? "Per rispondere alla sofferenza territoriale, abbiamo abbassato il costo dell'esame - precisa Cappellino -, ma non la sua qualità, che non può essere un fatto di listino". Le novità non sono finite. Lo studio Cappellino ha attivato un servizio risonanza magnetica d'emergenza eseguibile in orari particolari: durante la pausa pranzo e dopo cena. Con un costo leggermente più alto rispetto al prezzo base, chi ne avesse bisogno può sottoporsi a quest'esame entro 24 ore da un eventuale infortunio, affidandosi ad una struttura e ad un personale altamente specializzato e in orari consoni con le proprie esigenze. "Infine - conclude Cappellino - siamo uno dei pochi studi del Meridione già attivi per servizi di telemedicina. Su richiesta, possiamo inviare in tempo reale gli esami di un nostro paziente ad un medico di suo riferimento ovunque egli si trovi".

(micro punture di prodotti farmacologici o omeopatia direttamente sulle zone affette) e la cavitazione ad ultrasuoni, metodica questa che ha la funzione di ridurre il numero delle cellule adipose. Una metodica altrettanto efficace e più innovativa, che può essere utilizzata da sola o abbinata a quelle già accennate, è la Crio-US-Lipolisi che si avvale di una stimolazione particolarmente intensa dei tessuti con il freddo (crio = freddo) sino a -10°, abbinata ad ultrasuoni ad alta frequenza.

Per capire meglio come funziona tale metodologia, bisogna sapere che esistono due varietà di tessuto adiposo: il grasso bianco, che ha la funzione d'immagazzinare le calorie in eccesso provenienti dal cibo sotto forma di trigliceridi, e il grasso bruno, ricco di mitocondri, che ha un importante ruolo nella produzione di calore per il mantenimento della temperatura corporea; recenti ricerche nazionali ed internazionali hanno dimostrato che, sottoponendo l'organismo ad un'intensa esposizione al freddo, il grasso bianco, di deposito inattivo, subisce una trasformazione graduale (trans-differenziazione) in grasso bruno, attivo, aumentando, quindi, l'attività metabolica della zona, con conseguente riduzione dei cumuli adiposi. Gli ultrasuoni ad alta frequenza, che agiscono in sintonia, migliorano i tessuti fibrosi, il microcircolo e l'aspetto cutaneo superficiale della cute e del sottocutaneo cellulitico.



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

L'adolescente ribelle e la famiglia. Qualche consiglio utile per i genitori

di **Angela Ganci**

psicologa psicoterapeuta



L'adolescenza è un momento molto importante e delicato di cambiamento ed evoluzione nella vita di un ragazzo che si avvia alle soglie dell'età adulta. Lentamente il suo corpo si trasforma e la sessualità diventa il centro dei suoi interessi, i vecchi modelli familiari non vanno più bene, i genitori un tempo ammirati perdono il confronto con gli amici, il che porta a trasgredire le regole familiari sentite come estranee e ingiuste. L'adolescente è tipicamente ribelle, scontroso e si lamenta di non essere compreso; eppure, l'adolescenza non è una malattia e, dietro alle richieste turbolente di autonomia, si nasconde una persona fragile, che teme il cambiamento e vuole solo sentirsi sostenuta nelle sue contraddizioni e incertezze. Gli adolescenti vogliono essere diversi, perché l'unicità è per loro l'unico modo per crescere e scoprire "chi sono veramente". Un ritratto molto lontano dall'immagine comune dell'adolescente conformista e senza personalità.

Alcune frasi tipiche che rive-

lano l'urgenza di sentire che il proprio pensiero conta sono: "non sono più un bambino", "voglio stare da solo", "voglio essere ascoltato di più". Cosa possono fare i genitori per trovare un dialogo costruttivo con i propri figli, evitando comportamenti che altro non fanno che aumentare la ribellione e la sensazione di non essere capiti?

Con un figlio adolescente sono sempre presenti due opposte modalità di relazione: da una parte, l'aggressività del figlio, dall'altra, la paura del genitore per la sua irruenza, che lo spinge a preoccuparsi per chi frequenta, o per quello che eventualmente lo spingeranno a fare. La paura genera proibizioni senza spiegazioni, regole dall'alto che sono il meglio per il ragazzo, ma che mancano totalmente di quel "mi fido di te" di cui questi ha davvero bisogno.

Un primo passo per modificare questo atteggiamento è guardare all'aggressività e ai cambiamenti repentini d'umore, non come semplici problemi di carattere, ma come tentativo di raggiungere l'adulto per confrontarsi e crescere, in un misto di voglia e paura di diventare grandi.

Se si guarda oltre l'aggressività e l'ostinazione, il figlio ha



paura di crescere tanto quanto il genitore di vederlo allontanare dalla sicurezza delle sue cure amorevoli ("Papà sarò mai alla tua altezza?"). Un adolescente che non sa bene chi è (e cosa vuole), chiede innanzitutto fiducia nelle proprie capacità di farcela, e in essa risiede il vero significato del sostegno genitoriale ("Ce la farai a superare le avversità della vita!"). Un ragazzo si chiede "Che valore mi dai? Quanta fiducia hai in me e nelle mie idee?" e solo se il genitore crede in lui saprà muoversi con le proprie gambe nelle scelte della vita che è il solo in grado di compiere.

Ecco che dare fiducia è una scelta di coraggio che mitiga la paura, tanto per il proprio figlio che per se stessi e veste di luce positiva le richieste, a volte maldestre, di libertà e

angela.ganci@virgilio.it

indipendenza. In un ascolto riuscito tra genitore e figlio l'impegno deve essere duplice. Da un lato, a essere un po' più coraggiosi (il genitore a concedere, senza strafare e sempre adempiendo al suo ruolo di guida; il figlio ad accettare questo sforzo, sforzandosi a sua volta coraggiosamente di trovare un punto d'incontro); dall'altro, a non farsi intrappolare dalla paura (il genitore, che si preoccupa per l'euforia del figlio per ogni novità, finisce con l'irrigidirsi, scatena la sua aggressività e interrompe il dialogo).

La sfida più grande per un figlio adolescente è raggiungere un equilibrio tra il coraggio e la paura di essere se stesso, o meglio di scoprire un nuovo sé, in modo che il coraggio non diventi imprudenza o la paura paralisi di ogni azione positiva per il proprio futuro.

Il genitore lo aiuterà solo quando egli stesso non avrà paura del nuovo, così da trasmettere la bellezza e l'utilità di sperimentare, e, sulla base della fiducia accordatagli, il figlio sentirà come naturale ascoltare altre ragioni, ricercando di comune accordo una soluzione che consolidi il rapporto d'amore.

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'infertilità e delle patologie andrologiche

Diagnosi e cura delle patologie urologiche maschili e femminili. Presso il centro si effettuano: Ecografie dell'apparato urinario e riproduttivo, Spermogramma, 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 - 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 - www.paginegialle.it/irispa - irispa@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

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

NEFROLOGIA

DOTT.SSA GRAZIA LOCASCIO

Una commedia per ridere in modo sano e dare un contributo tangibile ai disagiati

di Anna Sampino



Quando la passione per il teatro incontra la solidarietà, si diventa "Amici... in Movimento", un gruppo di giovani e non accomunati dalla voglia di recitare, ma con un fine ben preciso: fare beneficenza. Dal 3 al 5 maggio, la compagnia teatrale salirà sul palco del teatro "Karol Wojtyła" di via Raffaele la Valle, con il recital dal titolo "Camurriusa, capricciusa e piducchiusa", una commedia divertente e brillante, il cui ricavato verrà in parte devoluto all'Aslti (Associazione Siciliana per la lotta contro le Leucemie e i Tumori Infantili), che da anni opera all'interno del reparto di Oncematologia pediatrica dell'Ospedale Civico.

Nata all'interno del Movimento Ecclesiale Carmelitano (M.E.C.) dei Padri Carmelitani Scalzi, la compagnia "Amici... in Movimento" (dove la parola Movimento indica proprio la vicinanza al gruppo religioso carmelitano) si è costituita nel 2011 grazie alla passione che alcuni amici appartenenti al MEC nutrivano nei confronti dell'arte teatrale. "Per noi

il teatro è un prolungamento delle Scuole di Cristianesimo e di tutte le attività che si svolgono nel Movimento Ecclesiale Carmelitano - spiega Paolo Marsala, responsabile di Amici... in Movimento - Per questo, sapevamo anche che il teatro da solo, senza un'attività di solidarietà come fine non avrebbe soddisfatto la nostra missione". Durante l'estate del 2012, ad esempio, la compagnia decise di prestare il proprio servizio per la comunità che vive all'interno delle case popolari di Corso Pisani, mettendo in



scena la commedia "Fiat Voluntas Dei". A quest'esperienza è poi seguita quella

dei più piccoli. "Dopo mesi di lavoro - aggiunge Paolo Marsala - nel dicembre 2012, la nostra compagnia decise di attuare un cambiamento di genere, organizzando un musical interpretato dai ragazzi, dagli 8 ai 17 anni. Venne scelto per l'occasione "Pinocchio". Il nostro grande obiettivo, che era quello di far crescere culturalmente e interiormente i nostri ragazzi, è stato raggiunto. Abbiamo voluto poi che i nostri sforzi potessero portare ad un risultato concreto e visibile, trasformando questi eventi in momenti di beneficenza. Noi abbiamo ad entrare nel cuore dei nostri spettatori con le nostre persone e portare un po' di quella chiesa che è la nostra casa".

Quest'anno, invece, sarà la volta di "Camurriusa, capricciusa e piducchiusa", con la regia di Calogero Maurici, un'ironica storia centrata sul rapporto fra il genero protagonista e l'invadente suocera, oggetto alla fine di un divertente scherzo. Per chi volesse divertirsi, contribuendo allo stesso tempo ad una serata di beneficenza, basterà prenotare i biglietti, ad un prezzo simbolico di 5 euro, telefonando al numero 339 3004929.

SEGUE DA PAGINA 2

NUOVI PROGETTI PER IL TERZO SETTORE

volontariato che mira a potenziare l'infrastruttura sociale del territorio. Inoltre, si vogliono stimolare le associazioni perché presentino progetti in grado d'influenzare positivamente e di rendere tali sviluppi permanenti senza cadere nell'assistenzialismo. Finora, la Fondazione con il Sud ha appoggiato oltre 430 iniziative e la nascita delle prime 3 Fondazioni di comunità del Mezzogiorno. In queste operazioni sono state coinvolte nelle partnership di progetto oltre 5.500 organizzazioni e sono stati erogati complessivamente oltre 96 milioni di euro. Il presidente del Comitato di Gestione Sicilia, Vito Puccio, ha dichiarato: "Fondazione con il Sud nasce e opera nel Sud per accrescere l'infrastrutturazione sociale nel Mezzogiorno. Questo è un lavoro che ha bisogno di tempo per affermarsi. La Fondazione opera da soli 7 anni, ma già oggi si vedono i primi risultati, nonostante i dubbi iniziali sul suo successo. Nei prossimi anni si vedrà quanto quest'esperienza s'integri con il ruolo delle Istituzioni".

CONSIGLIATI

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 Salomone. 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

OSTEOPATIA

DOTT. FABRIZIO LA ROSA

Osteopata membro del R.O.I. Trattamenti strutturali, fasciali, viscerali, cranio-sacrali. Si effettuano valutazioni kinesiologiche-posturali. Riceve a Roma ed a Palermo in Via Croce Rossa 222 previo appuntamento ai numeri Tel. 091. 25.23.786 e 347.716.74.79 http://www.fabriziolarosait

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 salvoalessan-

dra@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.podoposturologiadottalagna.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 affettive, 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 Gambarà n. 2, PALERMO. Sito web: www.ctionlus.it

DOTT.SSA GISA MANISCALCO

Psicologa e Psicoterapeuta ad indirizzo sistemico-relazionale. Dia-gnosi, 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

Il certificato di esenzione-ticket sarà distribuito attraverso i medici di base

a cura dell'Ufficio stampa
dell'ASP 6 Palermo

ausl6ufficiostampa@libero.it

Gli esenti ticket per reddito delle categorie E01, E03 ed E04 potranno ritirare nei prossimi giorni il certificato direttamente dal proprio medico di famiglia. Il nuovo modello studiato e messo in atto dall'Asp di Palermo consente potenzialmente di raggiungere circa 250.000 utenti che non avranno più bisogno di recarsi negli uffici dell'Azienda sanitaria. "Grazie al patrimonio per il Servizio Sanitario Nazionale rappresentato dai medici di famiglia - ha sottolineato il Commissario straordinario dell'Asp di Palermo, Adalberto Battaglia - c'è la possibilità di raggiungere la maggior parte degli utenti esenti ticket per reddito. Il nuovo sistema ha anche una grande valenza sociale perché è rivolto a quelle fasce sociali, come gli anziani, che non dovranno più sottoporsi a lunghe attese agli sportelli".

Sarà l'Azienda sanitaria palermitana a fornire ai medici di famiglia di città e provincia (sono complessivamente 1.280) sia gli elenchi completi dei rispettivi assistiti esenti ticket per reddito delle categorie E01, E03 ed E04, sia i relativi certificati già stampati.

"I medici - ha spiegato il Direttore sanitario dell'Asp di Palermo, Giuseppe Noto - riceveranno dall'Azienda i certificati già stampati e pronti per essere consegnati alla prima visita al proprio assistito. L'Asp fornirà tutto il supporto necessario ai medici di famiglia che hanno aderito alla proposta dell'Azienda dimostrando grande sensibilità al problema e soprattutto grande disponibilità a venire incontro alle esigenze degli assistiti". Si ricorda, in ogni caso, che, per le categorie E01, E03 ed E04, la validità della vecchia esenzione è stata prorogata al 30 giugno 2013 e gli utenti avranno, quindi, tutto il tempo di ritirare la nuova esenzione senza alcuna interruzione del beneficio.

Sarà l'Asp ad informare nei prossimi giorni, anche attraverso una mirata campagna di comunicazione, da quando il certificato sarà disponibile presso gli studi dei medici.

L'Asp informa che solo i disoccupati (categoria E02) - che hanno avuto anch'essi la proroga fino al 30 giugno - dovranno recarsi per il rinnovo dell'esenzione o per il rilascio di una nuova certificazione negli uffici dell'Azienda sanitaria muniti di autocertificazione, copia del documento d'identità e della tessera sanitaria".



I convenzionati Sanit Card

Centro Lionese

specializzazione Reumatologia

recapiti Via Trapani 1/d Palermo - Tel. 091332392 - 338 5350026 - www.centrolionese.com - e-mail: centrolionese@tiscali.it

prestazioni Visita e consulenza fisiatrica - Visita e consulenza reumatologica - Trattamenti posturali (rieducazione posturale globale, metodo Bricot) - Ginnastica dolce per la terza età - Tecniche di rilassamento - Protocollo Sitep per rachialgie - Visita posturale - Taping kinesiologico (valutazione e applicazione) **sconto 20%**

Centro Ama Polimedico

specializzazione Oculistica

recapiti Via Principe di Belmonte 102 - Palermo - Tel. 091321026 - Fax 091 326311 - centroamapalermo.it - e-mail: info@centroama.it

prestazioni Visita specialistica più misurazione pressione oculare più biomicroscopia per cornea, iride e cristallino **Tariffa riservata Sanir 50 euro anziché 60**

UN'OCCASIONE DA NON PERDERE
SCONTO PARTICOLARE RISERVATO
AI LETTORI DEL GIORNALE "NELL'ATTESA..."
8 EURO PER LA TUA CARD ANZICCHE' 20 EURO
VALIDA PER UN ANNO PER TUTTA LA FAMIGLIA
TELEFONA AL NUMERO VERDE **800 974 466**
ENTRO IL 30 APRILE 2013
E DAI IL CODICE RISERVATO GNA1316

L'elenco completo dei convenzionati sanit card
nel sito 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



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 - tel. 091964425 - 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 Giovanni Alberti aidmesicilia@yahoo.it - **Diego Fabra** diego@fabra.biz - **Angela Ganci** angela.ganci@virgilio.it - **Riccardo Ingui** ric.ing84@gmail.com.it - **Giusy Egiziana Munda** giusymunda@nellattesa.it - **Francesco Sanfilippo** sanfilippofran.it - **Anna Sampino** annasampino@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 23 aprile 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 904 punti della Sicilia Occidentale

**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

