

nell'attesa...

da un'idea del Dott. Diego Fabra



anno 8 - n.24 del 17 giugno 2013 - distribuito in 1004 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

Se sono in bolletta io...

di **Diego Fabra**
 medico



Non lo nego e non m'è un problema: da qualche tempo a questa parte la recessione economica ha colpito anche me. Non era mai accaduto che dovessi fare tagli alle spese anche più innocenti. Intendiamoci: non ho mai fatto lussi, né mi sono concesso svaghi costosi e non ho mai frequentato ambienti per benestanti. Ho quattro figli, tutti in età da lavoro o universitari, ma lavoro non ce n'è. Almeno per i "non-raccomandati" e i miei figli hanno il difetto di essere allergici a qualsiasi forma di favoritismo: idealisti senza futuro - dicono molti - ma loro hanno respirato l'aria post-sessantottina della mia generazione e credono ancora che possa esistere una meritocrazia pura. Il momento è durissimo, dicevo, e un medico affermato con trent'anni di carriera si trova a fare del risparmio l'unico mezzo per sopravvivere. Cosa c'entra con la prima

pagina di un giornale dedicato ai problemi di salute?...direte voi. C'entra, c'entra. La mia riflessione e la mia compassione vanno alla gran parte di coloro che non hanno la mia posizione sociale, né il mio reddito e che devono farcela ugualmente a campare. Una popolazione di monoredditari, precari, cassintegrati, sfruttati che sta sempre peggio.... Credete che questo non riguardi i livelli basilari della salute? O pensiamo davvero che la salute sia quel mucchietto di pillole che dovrebbe farci star bene e che - il più delle volte - migliora solo lo stato delle casse di chi le produce e le vende? La salute

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".

BRONCHIATRI
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



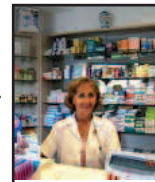
Camille Pissarro (1830-1903):
 Contadine che riposano

diego@fabra.biz

tiamo col completo benessere fisico, così descritto?... E io - il medico della gente - come posso sentirmi tale assistendo a questo scempio economico-sociale?... Amici miei, se posso dare un consiglio, iniziamo a dare segnali forti nei confronti di un sistema che prende senza mai dare, che produce bugie, che garantisce solo chi si sostiene sul falso consenso, detenendo a proprio uso e consumo il potere economico e sociale. Insegniamo a coloro che si può vivere nella semplicità, anche con poco e che non abbiamo alcuna voglia di continuare ad essere usati per produrre denaro altrui. La nostra vita interiore sarà la luce che darà serenità al corpo, alla mente e ci consentirà di vivere anche le difficoltà, ma da uomini liberi. E se "i conti non tornano" rivediamo il nostro grado di libertà dalle cose e dai modelli sociali consumistici. Respiriamo (almeno questo è gratis) e impariamo dalla natura che la vita muore una volta sola, per trasformarsi, e non tutti i giorni come accade a chi è oppresso. E solo.

FARMACIA FATTA DOTT.SSA CLEMENTINA

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



SERVIZIO NOTTURNO CONTINUATO

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

INAP
 LAZIO CAMPANIA SICILIA

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

- PRESENTAZIONE DOMANDE AMMINISTRATIVE
- ASSEGNO DI INVALIDITA' (74%)
- PENSIONE DI INABILITA' (100%)
- INDENNITA' DI ACCOMPAGNAMENTO
- INDENNIZIO 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 RISPINTE
- 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° 37676 - Finanziamenti salvo approvazione entità erogatrice assicuratori - come per legge consegniamo, prima della stipula del contratto, l'adempimento informativo ai sensi del credito al consumatore. Fogli informativi delle assicurazioni in sede - per verificare il merito creditizio personale dello stesso. Per informazioni, per la sottoscrizione con gli intermediari finanziari: www.assifinitalia.it. Sul nostro sito www.assifinitalia.it si può consultare l'elenco TICCO degli utili per la scelta del grado di finanziamento.

Entro il 21 giugno le domande per le borse di studio per gli studenti con reddito familiare basso

di Anna Sampino



Borse di studio in arrivo per gli studenti delle scuole dell'obbligo e degli istituti superiori per l'anno scolastico in corso. La richiesta, con allegata la documentazione, andrà presentata direttamente alle segreterie delle istituzioni scolastiche di appartenenza, entro il 21 giugno.

Contributi a sostegno delle spese sostenute dalle famiglie degli studenti palermitani che versano in situazioni di svantaggio economico: è questa la finalità del bando pubblicato dall'Assessorato regionale all'Istruzione e alla Formazione professionale. A farne richiesta potranno essere le famiglie degli studenti che dovranno frequentare le scuole elementari, medie e superiori, statali e paritarie, che abbiano un reddito non superiore a 10.632,94 euro.

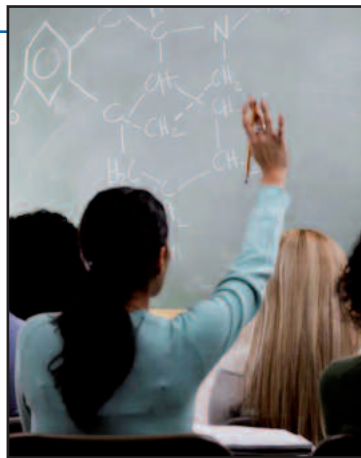
Per poter accedere ai contributi, uno dei due genitori (o il rappresentante legale) dovrà presentare all'istituto scolastico presso cui è iscritto l'allunno il modulo di autocertificazione, che è possibile ritirare presso la segreteria

didattica o dal sito del Comune di Palermo, allegando la fotocopia dell'Isee relativa ai redditi dell'anno 2011, di un documento di riconoscimento e del codice fiscale del richiedente.

Tra le spese riconosciute ai fini del contributo e da indicare nella richiesta - nel periodo compreso fra l'1 settembre 2012 e il 21 giugno 2013 - comunque non inferiori a 51,64 euro, ci sono quelle connesse alla frequenza scolastica: somme a qualunque titolo versate alla scuola

Disponibilità medicinali: incontro sull'esportazione parallela

Si è svolto presso la sede dell'Agenzia Italiana del Farmaco il primo incontro per lo studio delle dinamiche relative all'attività di esportazione parallela dei medicinali. Scopo dell'incontro avviare la discussione e la collaborazione tra le istituzioni e le parti interessate per la gestione degli effetti distorsivi del mercato parallelo con impatto sulla diminuita disponibilità dei medicinali segnalata sul territorio nazionale. Nel corso del dibattito, il fenomeno delle esportazioni parallele dei medicinali è stato affrontato sotto diversi punti di vista. Sono stati analizzati i processi che possono determinare la diminuita disponibilità dei medicinali sul territorio italiano, per individuare gli strumenti più adatti a governare il fenomeno nel modo più efficace, salvaguardando la libera iniziativa del mercato. A tal fine, è stato concordato di analizzare i dati e le informazioni sul commercio già disponibili e di acquisire ulteriori elementi informativi. L'incontro si è concluso con la condivisione della necessità di una strategia e un impegno comune tra tutti gli stakeholders e le autorità competenti per identificare e correggere le eventuali distorsioni che portano a verificarsi di disservizi.



su deliberazione del Consiglio di circolo o d'istituto per corsi per attività interne o esterne, da questa promosse

annasampino@nellattesa.it

anche ai fini del riconoscimento dei crediti formativi; rette versate per la frequenza di convitti annessi ad istituti statali; spese di trasporto sostenute per abbonamenti su mezzi pubblici, all'interno del Comune di residenza; spese per i servizi di mensa erogati dagli enti locali o in esercizi interni alla scuola; spese sostenute per l'acquisto di sussidi e materiale didattico o strumentale, escludendo le spese sostenute per l'acquisto dei libri di testo.

Raccolte le richieste tramite gli istituti scolastici, Comuni e Province elaboreranno gli elenchi degli aventi diritto, trasmessi in seguito al Dipartimento regionale all'Istruzione. L'assessorato procederà quindi "alla redazione del piano di riparto, determinando l'importo individuale delle borse di studio, distinto per ogni ordine e grado di scuola e accrediterà le somme a favore delle Province e dei Comuni che, a loro volta, provvederanno ad erogare il contributo in tempi immediatamente successivi all'avvenuta riscossione del finanziamento regionale, per evitare ritardi a danno dei cittadini beneficiari".

L'armonia tra corpo e mente è un traguardo difficile da raggiungere, ma non impossibile

AIUTACI AD AIUTARTI

destina il tuo 5 per mille
all'Associazione Nell'attesa Onlus
Codice Fiscale 0568112082

RANBAXY

Trusted medicines. Healthier lives

FARMACI DI QUALITÀ'

nell'attesa...

Settimanale di prevenzione medica e di solidarietà da un'idea del Dott. Diego Fabra
Registrato presso il Tribunale di Palermo con il 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 Diego Fabra diego@fabra.biz - Angela Ganci angela.ganci@virgilio.it - Giusy Egiziana Munda giusy-munda@nellattesa.it - Ennio Sacco saccoennio@libero.it - Anna Sampino annasampino@nellattesa.it - Francesco Sanfilippo sanfilippo-fran@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 - 091964425 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 c.c.p. 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 l'11 giugno 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 1.004 punti della Sicilia Occidentale

Incontinenza urinaria: quell'inconfessabile disturbo della vita di tante donne

di Giusy Egiziana Munda



Sono tante le donne che a livello intimo soffrono di disturbi cosiddetti *inconfessabili*, quelli cioè che per troppo pudore e per una cattiva informazione vengono taciuti perfino al proprio medico di fiducia e vissuti con rassegnazione, ignorando che è possibile trovare delle soluzioni.

L'incontinenza urinaria, ossia la perdita involontaria d'urina che può verificarsi, tra l'altro, anche durante un rapporto sessuale, è uno di questi. Spiega il Prof. Giuseppe Catalano: "Chi ne soffre evita persino le attività fuori casa e si isola progressivamente, per imbarazzo ritarda la richiesta di trattamento e accetta di convivere con il problema". Si tratta di una patologia particolarmente diffusa tra le donne e non solo quelle d'età avanzata. Può, infatti, insorgere anche in donne giovanissime, socialmente, professionalmente e sessualmente attive, che subiscono una compromissione della propria



Da sinistra, il Prof. Giuseppe Catalano e il Dott. Domenico Gullo

qualità di vita in ognuno di questi ambiti.

"Oltre all'età possono scatenare l'insorgenza fattori quali il parto naturale, la menopausa (per la conseguente carenza di estrogeni), la predisposizione individuale e l'obesità - precisa Catalano -. Tuttavia, se curato adeguatamente, questo disturbo, può essere risolto con efficacia grazie alle diverse soluzioni terapeutiche (farmacologiche, psicologiche, chirurgiche) oggi disponibili".

Si è soliti classificare la patologia in tre categorie distinte. Spiega il Dott. Domenico Gullo: "Si ha l'incontinenza

Il Prof. Giuseppe Catalano è ginecologo di estrazione prevalentemente chirurgica ed oncologica. E' stato responsabile del reparto di Ostetricia e ginecologia dell'Istituto Materno Infantile di Palermo e ha svolto la sua attività chirurgica presso le Cliniche Demma e Candela.

Il Dott. Domenico Gullo è specialista in Ginecologia endocrinologica della riproduzione e post riproduzione. E' stato responsabile del servizio di Ginecologia ed endocrinologia riproduttiva presso il CTO Villa Sofia e successivamente presso l'Ospedale Sant'Antonio Abate di Trapani. Oggi svolge attività privata.

da sforzo (la più frequente) e consiste nella perdita d'urina in coincidenza con l'aumento della pressione addominale sulla vescica, che si verifica in occasione di uno starnuto, di un colpo di tosse o di uno sforzo fisico. Questa forma d'incontinenza è, in genere, originata da una debolezza del pavimento pelvico, che può essere conseguente ad un parto, ad un intervento precedente, all'invecchiamento dei tessuti, al sovrappeso o alla mancanza di ormoni nel periodo post-menopausale. L'incontinenza da urgenza è caratterizzata da un impellente ed incontrollabile bisogno di fare pipì. E', per lo più, provocata da contrazioni incontrollabili della vescica che in questi casi si presenta iperattiva. Si tratta di una condizione che può insorgere senza un motivo ben preciso, ma che, talvolta, può far seguito a problemi neurologici. Esiste, infine, l'incontinenza mista, nella quale sono presenti i sintomi caratteristici di entrambi i tipi esposti".

— segue a pagina 8 —

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.

In estate è meglio non eccedere a tavola: meglio la frutta, frullati o un buon gelato

di Diego Fabra
diego@fabra.biz



La primavera è ormai inoltrata e il pensiero vola già alle giornate calde che ci aspettano. L'estate, da un punto di vista alimentare, richiede un cambiamento radicale delle abitudini. Se è vero che è importante introdurre cibi freddi, tra cui privilegiare le cosiddette "crudità", cioè verdure e ortaggi crudi, non dimentichiamo che la frutta, le granite naturali, i centrifugati, i frullati e persino i gelati hanno un buon valore nutrizionale. Questi ultimi addirittura pos-



sono mimare un pasto, quando sia presente latte vaccino o di soia.

Ma l'estate è soprattutto la stagione in cui non bisogna cadere nella trappola dell'eccessivo rilassamento a tavola. Non occorre aumentare le quantità di cibo, anzi, meglio diminuirle perché col caldo la

digestione rappresenta uno sforzo ulteriore per l'organismo.

Altra trappola da evitare è l'ingestione di bevande fredde, spesso frizzanti o alcoliche. L'unico liquido di cui abbiamo bisogno è l'acqua, e abbondante: quindi il prezioso

so capriccio di gola.

INSALATA DI COUSCOUS E CRUDITA'

Ingredienti: 400 g. di verdure miste, pulite (falde di peperoni, cipollotto, pomodoro, cetriolo, zucchina), 300 gr. di couscus precotto, limone, menta fresca, olio extravergine d'oliva, sale

Preparazione: Fate rinvenire il couscus secondo le istruzioni (se usate quello preparato a mano, invece, cuocetelo a vapore). Riducete a dadini le verdure, raccoglietele in una ciotola, mescolatele con il couscus freddo e condite il tutto con gr. 100 di olio, sale, menta tritata, succo di limone.

Prevenzione del suicidio: una linea verde per le richieste di aiuto

a cura dell'Ufficio Stampa dell'ASP 6 Palermo

Una linea verde sempre attiva alla quale rivolgersi per le richieste di aiuto. E' "Helpline - Telefono giallo", progetto per la prevenzione del suicidio realizzato dall'Asp di Palermo in collaborazione con l'"A.F.I.Pre.S. (Associazione Famiglie Italiane Prevenzione Suicidio) Marco Saura". Al numero gratuito 800 011 110 rispondono già operatori qualificati e opportunamente formati. Dell'equipe fanno parte psicologi, sociologi, psicoterapeuti e tecnici della riabilitazione psichiatrica. Il numero verde non è solo una linea telefonica, ma uno strumento di ascolto, accoglienza e

conoscenza. Consente di contattare personale qualificato in grado di fornire una risposta immediata alle persone a rischio di comportamenti autolesionistici per un progetto di vita sostenibile. L'attività è svolta in stretta collaborazione con i Servizi di Salute Mentale dell'Asp al fine di promuovere percorsi di aiuto medico e psicologico rivolti a chi contatterà il numero verde. In tutto il mondo circa un milione di persone muore ogni anno per suicidio e, ogni 40 secondi, una famiglia piange la perdita del proprio caro. Dal 2000 al 2010 nella sola città di Palermo si sono verificati 436 suicidi, con un'incidenza del



ufficiostampa@asppalermo.org

5% su 100.000 abitanti. "Mettiamo al servizio della gente l'esperienza maturata negli anni - ha sottolineato il Presidente dell'Afipres, Livia Nuccio -. L'obiettivo è di potenziare le attività di supporto rivolte sia ai soggetti a rischio, che alle loro famiglie. Il progetto 'Telefono Giallo'

consta di un servizio di ascolto e consulenza telefonica per il malessere psichico e per la prevenzione del suicidio. Inoltre, l'equipe collabora con personale ospedaliero nel monitoraggio dei pazienti critici e nell'informazione e sensibilizzazione dei loro familiari, nonché supporta i servizi territoriali sui pazienti a rischio dimessi. Non si può sottovalutare l'importanza di fare prevenzione, rafforzarne le strategie, ed evidenziarne il fenomeno in un momento in cui forti e sempre più angoscianti incertezze, mettono a dura prova la capacità delle persone di reagire alle avversità senza esserne annientate."

**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

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

Come spiegare la crisi economica ai propri figli

La recessione può causare nei più giovani preoccupazioni che l'occhio adulto non può cogliere

di **Angela Ganci**
psicologa psicoterapeuta



Da anni non si parla d'altro.

Non c'è TG né pagina di giornale che, accanto all'ennesimo omicidio, non impaurisca con i numeri della sempre più preoccupante crisi economica che affligge l'Italia, dove il Sud ha, al solito, un triste primato.

La crisi è nell'aria, nei volti e nei discorsi delle famiglie che non arrivano a fine mese, nelle tensioni di chi deve rinunciare a tutto e non ha più né la forza di lamentarsi, né una speranza cui aggrapparsi. Uno scenario che fortunatamente non colpisce tutti, ma influenza sicuramente molti, in particolare, le famiglie con un solo genitore o con figli numerosi che, più di tutte, corrono il rischio di essere travolte dal disagio e dalla povertà. Questa è una crisi che infonde un senso totale di incertezza, colpisce i beni essenziali (la sicurezza di un tetto sopra la testa o di un piatto caldo la sera) e minaccia anche quelli non fondamentali, ma che, nei più piccoli, assicurano la tanto decantata spensieratezza degli anni più belli (una vacanza, praticare il proprio sport preferito, ma, anche, in alcuni casi, il basilare diritto all'istruzione).

I nostri figli sanno che la crisi è ormai entrata nella quotidianità, ne sentono parlare a scuola, soffrono, si fanno mille domande, e le fanno ai genitori. E' quanto emerge dall'ultima indagine del 2010



sulla condizione dell'infanzia e dell'adolescenza realizzata da Eurispes - Telefono Azzurro che rivela che il 28,7% dei bambini e il 50,1% degli adolescenti è consapevole che la crisi economica ha colpito la propria famiglia.

La conseguenza diretta è che i nuovi "figli della precarietà" sperimentano ansia (circa il 53% degli adolescenti); nascondono preoccupazioni che l'occhio adulto può non cogliere, e che non riguardano il far quadrare i conti, ma la paura segreta di dover cambiare scuola, amici, vita, troppo bruscamente. E per il 60% di loro si apre il timore di non trovare lavoro da grandi o dover molto probabilmente trasferirsi all'estero, il che, se per i più forti può essere una spinta a impegnarsi di più, per i più fragili può tradursi in rassegnazione alla precarietà. Come se non bastasse, ai geni-

tori, gli stessi che si vedono strappati senza preavviso anni di sacrifici a causa di un'economia nazionale che cala a picco, tocca l'ingrato compito di spiegare che, con tutta probabilità, non potranno più permettersi il lusso di una vacanza o di una cena fuori, che dovranno in qualche modo accontentarsi. Cose che a un figlio è proprio difficile dire senza sentirsi in qualche modo responsabili. Come spiegare allora, soprattutto ai più piccoli, quello che succede, aiutandoli a gestire l'ansia per una vita che cambia in peggio, in un'età in cui la parola d'ordine dovrebbe essere l'assenza di preoccupazioni? Ecco alcuni consigli per parlare della crisi in famiglia senza che questo argomento diventi angoscioso fino a stringere tutti in una morsa di disperazione.

Inaugurato il nuovo reparto di pediatria all'Ospedale Cimino

E' stato inaugurato lunedì scorso il nuovo Reparto di Pediatria dell'Ospedale "Cimino" di Termini Imerese. La struttura, dotata di otto posti letto ordinari e due di Day Hospital, è stata realizzata in "un'ala" del quinto piano, adiacente all'Unità Operativa di Ostetricia e Ginecologia. Nel reparto lavorano, oltre al primario, Domenico Cipolla, sei dirigenti medici e nove infermieri.

angela.ganci@virgilio.it

Innanzitutto, è bene dire la verità, anche se si è stati licenziati, usando un tono rassicurante, fiducioso, indicando che si stanno già trovando le soluzioni e che la vita quotidiana non risentirà di queste difficoltà.

E', inoltre, basilare affrontare l'argomento ritagliando un momento adatto, non quando ad esempio i bambini fanno i compiti o guardano la tv; in questo modo capiranno che è una cosa importante e che anche loro possono collaborare. Per questo si può chiedere anche ai figli qualche piccolo sacrificio (qualche vacanza, qualche paghetta in meno), ma sempre con il sorriso e come se fosse un gioco di squadra.

Infine, è bene rispondere a tutte le domande, anche se sono scomode, per non spaventarli ancora di più; i bambini, infatti, tendono a costruirsi spiegazioni estreme, correndo con la fantasia. Una spiegazione e un dialogo vanno comunque tentati, anche se la crisi non ha colpito direttamente la propria famiglia. I figli possono, infatti, vivere il timore segreto di diventare poveri in modo indiretto, magari perché un compagno in classe ha parlato della crisi che ha colpito la sua famiglia.

In tutti i casi fornire dei punti di riferimento rassicuranti, sarà un ammortizzatore potente che permetterà ai ragazzi di vivere il più serenamente possibile, rafforzati dal sentire la propria famiglia unita, nel dialogo, nell'amore e nella solidarietà necessari nei momenti di difficoltà.

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

Cappellino & Cappellino s.n.c.

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

**Radiologia digitale - RX a domicilio - Ortopantomografia
Telecrania per Ortodonzia - Mammografia H.F. digitale
Stereotassi - TAC spirale - Risonanza Magnetica Aperta**

Ecotomografia 3D/4D live
(Internistica, Senologia, Ginecologia, Ostetricia 3D, pediatrica, 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**

Il freddo per combattere gli inestetismi della pelle

La criochirurgia offre molti vantaggi al medico e al paziente, ma richiede alcune precauzioni

di Ennio Sacco

medico specialista in Medicina estetica



La criochirurgia è la procedura più adoperata dai dermatologi negli USA: vi sono differenti vie per ottenere la temperatura bassa, ma il risultato finale è quello che clinicamente ci interessa e che consiste nel congelamento dei fluidi cellulari con conseguente formazione di cristalli, comportante la distruzione del tessuto interessato. Differenti tipi di cellule sono distrutte a differenti temperature (i melanociti sono relativamente più fragili, mentre la cartilagine e il tessuto osseo sono più resistenti rispetto alle altre cellule), motivo per cui bisogna rigorosamente attenersi ai tempi di congelamento al fine di evitare danni ai tessuti circostanti la lesione trattata.

Tra le indicazioni prevalenti vi è il trattamento della cheratosi attinica e di altre condizioni benigne utilizzando la tecnica spray.

Tra le controindicazioni citiamo il melanoma (anche se sospettato) ed il carcinoma a cellule squamose ed a cellule basali: per quel che riguarda i nei (in assenza di dati clinici di certezza sulla loro benignità), è opportuno astenersi dal trattamento con la criochirurgia.

I vantaggi di questa tecnica si riferiscono sia al medico (facilità della procedura, velocità di esecuzione, assenza di anestesia locale, tecnica relativamente poco costosa, ecc...), che al paziente (assenza di tempi morti, multiple lesioni trattate nella stessa seduta, assenza di suture).

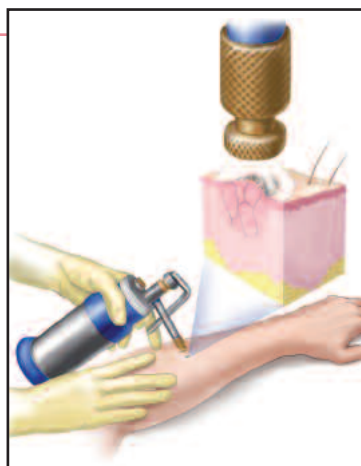
Svantaggi della criochirurgia

L'azoto liquido dev'essere conservato in apposite bombole ed il clinico dev'essere sicuro della diagnosi, dal momento che la lesione trattata non può essere poi esaminata dall'anatomo patologo, e, inoltre, dal punto di vista cosmetico, la criochirurgia non è accurata e precisa come il laser od il bisturi. Tra gli effetti collaterali di questa tecnica citiamo l'eritema e l'edema, il dolore, l'ipopigmentazione residua (effetto di cui bisogna sempre tener conto quando si lavora sul viso!)

Indicazioni benigne

Condilomi, dermatofibromi, cicatrice ipertrofica, cheloidi, cheratosi seborroica, lentigo solare, verruche comuni (verruca plantare), xantelasma ecc... Per ciascuna di queste lesioni i tempi di congelamento sono codificati e ad essi bisogna attenersi per evitare danni!

Il consenso informato scritto è di fondamentale importanza,



prima di iniziare la procedura, specialmente se è applicata in una zona del viso comportante ipopigmentazione.

Metodi d'applicazione

La maggior parte dei dermatologi e medici estetici - ed anche medici di base - hanno la possibilità di utilizzare l'azoto liquido che costituisce quindi il gold standard della criochirurgia. Sul mercato sono disponibili vari dispositivi (contenitori spray monouso, taniche, criopistola con applicatori di varia forma e dimensione per le lesioni benigne da trattare): da rilevare che il metodo spray, una volta riempito il contenitore con azoto liquido, consente al medico di raggiungere temperature superiori a -196° C, mentre le bombolette monouso (molto popolari) con applicatore di cotone non arrivano a raggiungere i -20° C e di questo bisogna tenere conto in base alla lesione da

saccoennio@libero.it

trattare e all'esperienza del medico. Le alternative all'azoto liquido sono costituite da liquidi volatili che producono basse temperature quando evaporano e che sono commercialmente disponibili in bombolette spray riempite di gas compresso. Questa tecnica ha un costo iniziale molto basso rispetto alle altre ma non è veloce e versatile nell'uso e la temperatura di refrigerazione è molto meno bassa rispetto alle altre.

Complicazioni

Le complicazioni sono legate alla tecnica e ad i tempi di congelamento: dolore, formazione di vesciche, emorragia intradermica, edema perilesionale, fuoriuscita di liquidi specialmente se si tratta un carcinoma della cute. Occasionalmente permanenti con conseguente non previste: ipopigmentazione, distrofia delle unghie, ectropion, cicatrice atrofica, alopecia. Lesioni specifiche curabili con la criochirurgia: condilomi, cheloidi e cicatrici ipertrofiche (integrate da iniezione intralesionale di cortisone), cheratosi seborroica, lentiggini solari, verruche plantari, lesioni vascolari di piccole dimensioni, cheratosi attinica.

Questo tipo di metodica è veloce ed efficace in molte lesioni della cute e dovrebbe far parte delle opzioni di trat-

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, Spermioграмма, 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 - iriscoopertiva@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 www.gastroenterologiaiperalta.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.

Le risorse del volontariato sono in diminuzione

E' quanto emerge da un incontro tra il Co.Ge. e i rappresentanti dei tre centri servizi siciliani

di Francesco Sanfilippo



Le risorse trasferite dalle Fondazioni bancarie ai centri servizi per il volontariato siciliano sono in forte diminuzione e vanno calibrate al meglio per non far cessare un apporto decisivo alle associazioni. È quanto è emerso nel confronto tra il Co.Ge, il Comitato di Gestione dei fondi destinati al volontariato, e i rappresentanti dei 3 centri servizi per il volontariato siciliani (Cesvop, Csv Messina e Csv Etneo). Il confronto è servito per definire le nuove linee strategiche di un tavolo che vedrà insieme Co.Ge e Csv siciliani, al fine di razionalizzare le risorse per i prossimi anni. La preoccupazione principale è fondata sull'andamento che a livello nazionale si sta registrando per quanto riguarda il trasferimento dei fondi dalle fondazioni bancarie al sistema volontariato. Il presidente del Co.Ge Sicilia, Vito Puccio, ha dichiarato a tal proposito: "Sarà necessario pensare al ruolo e ai modelli organizzativi così come alle risorse, alla progettazione e rapporto con le reti e alla relazioni con le istituzioni e stakeholder". Infatti, la riduzione dei fondi prevista per il 2014 ammonta a circa il 30% dei fondi assegnati quest'anno in tutta



Italia, in Sicilia per il 2013 si stanno impegnando 2,9 milioni di euro. Nello specifico, il coordinamento tra Co.Ge e Csv dovrà affrontare le tematiche legate ai beni confiscati, alla progettazione dei fondi europei, ai rapporti con le istituzioni e alla convenzione con banche e assicurazioni. La cifra di 2,9 milioni è stata, così, suddivisa: 40% al Csv Etneo, 46% al Cesvop Palermo e 14% al Cesv Messina. Queste percentuali, rispetto agli anni passati,

sono variate perché, a seguito del censimento Istat, la variazione di alcuni parametri (popolazione e organizzazioni di volontariato iscritte all'albo regionale) ha evidenziato un cambiamento nelle condizioni socio-economiche. Inoltre, di recente, è stata approvata dal Co.Ge Sicilia una programmazione aggiuntiva di 200 mila euro per azioni regionali. Tale cifra riguarda la promozione del volontariato e l'adozione di uno strumento informativo che con-

sanfilippofran@nellattesa.it

sentirà di uniformare il sistema di programmazione e rendicontazione, nonché della gestione dei tre Csv. Non ultimo, per l'assegnazione delle risorse del 2014 si attende che si riunisca il tavolo nazionale (Acri-Forum Terzo Settore - Convol - Csv Net-Consulta Co.Ge) per decidere la ripartizione per i fondi delle regioni italiane. Il presidente Puccio ha dichiarato: "Il 2013 ha visto confermato il budget per la programmazione dei centri servizi grazie all'utilizzo di risorse residue accumulate negli anni precedenti, frutto di scelte oculate da parte del sistema Coge-Csv. Le prospettive per il 2014 lasciano prevedere una riduzione del budget nazionale inferiore alle risorse che erano state preventivate dall'accordo Acri-volontariato nel 2010. Questo perché nel 2013, anno più drammatico per l'accantonamento delle risorse da parte delle Fondazioni bancarie, sono state utilizzate tutte le risorse che il sistema a livello nazionale aveva accumulato. Le Fondazioni hanno prodotto 23 milioni di euro, la rimanente parte - pari a 22 milioni - è stata integrata con fondi residui e contributo straordinario da parte delle Fondazioni bancarie. Quanto è avvenuto, purtroppo, non sarà possibile ripeterlo per il 2014".



E' in distribuzione il secondo numero di **Medicina Metropolitana**, il magazine che ti aiuta a conoscere i migliori specialisti della salute e ti informa sulle nuove terapie. Nel magazine la **Guida del circuito Sanit Card** per aiutarti nella scelta del medico, del centro di cura o di analisi e del negozio specializzato più adatti alle tue esigenze.

Cercalo in farmacia o dal tuo medico

CONSIGLIATI

Si organizzano corsi formativi. Per consultazioni chiamare: Tel. 091201881 - 338 9151537 - 327 1627887

NEUROLOGIA

DOSS. 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 marioquarino.mg@libero.it

NEFROLOGIA

DOSS.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

DOSS. GIUSEPPE NOCERA

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

ORTOPEDIA - TRAUMATOLOGIA

AMBULATORIO POLISPECIALISTICO DI ORTOPIEDIA - 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. Recapiti telefonici. 091213197 - 211223 - Fax 0917025983. Via Eugenio L'Emiro

22 (zisa). Parcheggio riservato interno. www.centroemiro.it

OSTEOPATIA

DOSS. 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. Sito web: www.fabriziolarosita.it

PODOLOGIA - POSTUROLOGIA

DOSS. 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

DOSS. 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: t0916121290 - 329 4321204

DOSS.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. Tel.: 333 3025287 - E-mail: info@gisamanscalco.com. sito web: www.gisamanscalco.it

Per il tuo annuncio invia una mail a: commerciale@nellattesa.it

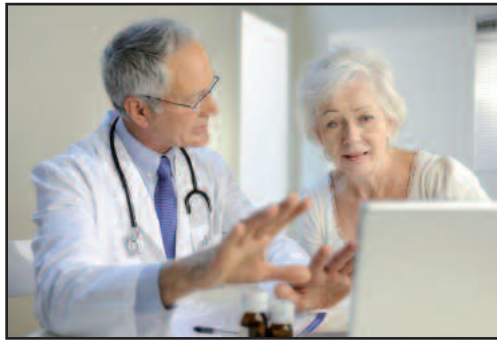
Sanit Card: aumentano strutture sanitarie affiliate e titolari della carta Sconto particolare riservato ai lettori del giornale "nell'attesa..."

Si allarga in tutta la Sicilia il numero di strutture sanitarie convenzionate. In particolare, al costante incremento degli operatori di salute dell'area occidentale, si registra una crescita di quelli della costa jonica, in particolare a Catania. Al crescere dell'offerta aumenta sensibilmente anche quello della domanda: sono sempre più i titolari di Sanit Card che si affidano al servizio promosso da MediClub Sicilia, grazie alla possibilità di scelta tra le varie proposte, agli sconti sulle prestazioni sanitarie, all'accurata selezione delle strutture convenzionate.

E, in un momento particolarmente complesso come quello che stiamo vivendo sotto il fronte della spesa familiare, la carta sconti della salute costituisce un alleato per uno dei capitoli di spesa più pesanti per chi deve fare i conti per arrivare a fine mese.

Com'è noto ai lettori di "nell'attesa...", il progetto Sanit-Card mette a disposizione della comunità la professionalità dei medici aderenti all'iniziativa, i quali si impegnano ad offrire uno sconto significativo sul loro tariffario ordinario. Si tratta di liberi professionisti appartenenti alla maggior parte delle specializzazioni mediche: odontoiatri, ginecologi, pediatri, ortopedici, radiologi e tanto altro ancora.

Ogni medico convenzionato stabilisce lo



sconto sul proprio tariffario. Il professionista informa, in maniera professionale e corretta, il titolare della card sui costi per dargli modo di valutare la proposta tenendo conto delle proprie finanze.

Ma il progetto Sanit-Card non si limita alle visite o prestazioni mediche. Infatti, per offrire un servizio sempre più completo e vantaggioso sono state stipulate convenzioni per far risparmiare gli associati, in maniera continuativa anche sull'acquisto di medicinali da banco, siglando accordi con le farmacie, sanitarie, negozi di ottica, alimentazione biologica, erboristerie, etc. Inoltre, numerosi laboratori di analisi e gabinetti di radiologia hanno già aderito, applicando uno sconto diversificato, ma significativo e con un occhio di riguardo ai tempi di preno-

tazione e consegna degli esami. La salute, però, va anche preservata e curata, ecco perché nel circuito sono presenti anche le realtà operanti nel settore benessere: centri di fisioterapia e centri specializzati nella cura e benessere della persona.

Il progetto Sanit-Card prevede, in considerazione della delicatezza del settore, un Comitato scientifico con il compito di controllare il progetto e verificarne la serietà. Il Comitato è costituito da 4 componenti della classe medica ed ha anche il compito di individuare associazioni e/o strutture che beneficeranno di una donazione del 3% del ricavato dalle adesioni al circuito Sanit-Card.

Sanit Card prevede uno sconto particolare per i lettori del settimanale "nell'attesa..." che richiederanno la card entro il 31 maggio 2013. Infatti, chi chiamerà il numero verde del circuito fornendo al centralino il codice riservato **GNA1316** pagherà la carta sconti 15 euro, anziché 20. Ricordiamo che Sanit Card è valida per tutto il nucleo familiare e che ha una durata di un anno.

Il Numero Verde per richiedere la card è **800 974 456**

Tutte le informazioni sul circuito, sulle nuove adesioni, il regolamento si trovano sul sito della carta sconti all'indirizzo telematico www.sanitcard.it.

SEGUITI

segue da pag. 3 **INCONTINENZA URINARIA (...)**

E' importante sapere che, qualunque sia la natura della propria incontinenza urinaria, oggi esiste una soluzione terapeutica. Condizione indispensabile, però, è parlarne col proprio medico alle prime avvisaglie del disturbo.

"Se il problema è di natura disfunzionale, come nel caso della vescica iperattiva tipica dell'incontinenza da urgenza - ricorda Gullo -, si può intervenire con delle metodiche fisiatrici (una ginnastica perineale), attraverso le quali la paziente viene addestrata o riabilitata, risolvendo il problema già nelle fasi iniziali. Molto efficaci e, ormai con scarsissimi effetti collaterali, sono anche i trattamenti farmacologici per la stabilizzazione del muscolo detrusore, quello cioè presente nelle pareti della vescica che, contraendosi e coordinandosi con lo sfintere dell'uretra, determina l'espulsione dell'urina". In caso d'incontinenza da sforzo, invece, "esiste da tempo una miriade di interventi di risospensione dell'uretra e di riposizionamento della vescica, perché questo tipo d'incontinenza spesso si associa anche al prolasso vescicale - precisa il Prof. Catalano-. Interventi che, in relazione alla complessità delle tecniche utilizzate, possono essere piuttosto banali o estremamente complessi. Dagli anni '90, grazie alla brillante intuizione del Prof. Ulf Ulmsten dell'Università di Uppsala in Svezia, è stata messa a punto una tecnica chirurgica innovativa nota come TVT. Corretta nel corso degli anni, tale procedura permette, attraverso un intervento mini-invasivo, di posizionare una benderella (facente le funzioni di amaca) sotto l'uretra al fine di riprodurre quello che era lo stato anatomico di quest'organo prima del trauma. E' un intervento estremamente semplice che ha permesso un elevato numero di correzioni dei casi d'incontinenza che, soprattutto nei centri d'eccellenza, hanno raggiunto risultati pari al 98%".

Possono esserci delle recidive? "Sì e sono direttamente proporzionali al grado di danneggiamento del tessuto - afferma Gullo -. Possibilità questa che viene sempre presentata nel consenso informato che si fa sottoscrivere al paziente prima di ogni intervento. Ricordo sempre ai miei pazienti che, se si arriva troppo

tardi alla cura, succede quello che avviene quando attacca un bottone su un tessuto troppo danneggiato: anche se l'applicazione è stata eseguita ad arte, il bottone si strapperà presto lo stesso. Per mantenere in buono stato il tessuto vescicale, occorre correggere lo stile di vita, facendo più attività fisica, seguendo una corretta nutrizione ed evitando il sovrappeso".

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

SONO LE CONDIZIONI PEGGIORI A RENDERE GLI UOMINI MIGLIORI

CROCE COSTANTINIANA DI SAN GIORGIO ONLUS
(iscritta al Registro Reg.le del Volontariato di Protezione Civile n. 16813)

AIUTACI AD AIUTARE
Diventa anche tu volontario del soccorso di protezione civile,
socio-sanitario, gruppo cinofilo

Il Presidente
Comm. Dott. Francesco D'Alba

PER CONTATTI: 389 4795689