

# nell'attesa...

da un'idea del Dott. Diego Fabra



anno 8 - n. 36 del 28 settembre 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

**cure meno care?  
la soluzione c'è  
Sanit Card**

chiama  
il numero verde  
800-974456

**costa solo 10 euro**

consulta il sito [www.sanitcard.it](http://www.sanitcard.it)



## Il mal di gola si combatte potenziando le difese

di **Diego Fabra**  
medico



Inizia la stagione dei mille mal di gola. Tanti sono gli interventi che un medico effettua a stagione per faringodinie. Senza contare quelle che vengono curate direttamente dal farmacista o dall'erborista. Iniziano come ogni anno le perplessità sul tipo di cura: antibiotico sì, antibiotico no, cure naturali o farmaci, febbre sì o febbre no. Oltre il 90% dei mal di gola è provocato da virus banali o stagionali, dunque, non suscettibili di cure farmacologiche. Infatti, le patologie virali intervengono quando il nostro corpo lo consente per una condizione predisponente o perché la quantità e qualità delle nostre difese immunitarie non è sufficiente. A far fronte alla diffusione dei germi. Comunque, è il nostro corpo che deve trovare le risorse per guarire, attraverso meccanismi già esistenti. I nostri quotidiani processi biologici sono normalmente e continuamente riparativi, rigeneranti, depurativi. Lo

attesta il continuo avvicinarsi di momenti di costruzione (anabolici) e di pulizia (catabolici) dell'intero comparto cellulare del nostro corpo. Ciò avviene per cinquanta trilioni di cellule (di cui siamo fatti) giorno e notte. Nelle opere di pulizia e di riparazione eliminiamo scarti di ogni tipo, anche attraverso la formazione di cellule aberranti di tipo tumorale che il nostro organismo individua meglio come immondizia ed elimina: un po' come quando prepariamo i sacchi della spazzatura che vengono riconosciuti e distrutti da chi è addetto. Noi non ci accorgiamo di nulla, ma gli scienziati studiano e



Vincent Van Gogh (1853 - 1890): Uomo anziano nel dispiacere

attestano il miracolo: siamo perfetti, la natura è perfetta, in un gioco meraviglioso di interazioni. Quando ammalia-

[diego@fabra.biz](mailto:diego@fabra.biz)

mo ci rendiamo conto della grandezza della nostra normalità, fatta di equilibri straordinari. Ciò di cui dovremmo aver maggior rispetto è nel mantenimento di questo equilibrio, un po' come l'atleta che mette tanta attenzione per ottenere il rendimento migliore. Tornando al mal di gola, solo una piccola percentuale merita una cura farmacologica, il resto prevede che si attui un potenziamento delle difese naturali attraverso la sospensione delle attività, l'assimilazione di tisane e infusi adatti, qualche blando antinfiammatorio, vitamine e rigeneranti del sistema immunitario. Ma sapete cosa penso? Per far questo, occorre esser calmi e disporre di tempo per curarsi, ma la maggior parte di noi corre, maledettamente, masticando anche i secondi, trascurando la propria vita, con l'illusione che 4 o 5 pillole di antibiotico mettano a tacere i segnali del nostro squilibrio. Purtroppo, non è così. Quando smetteremo di affannarci inutilmente e daremo ascolto al nostro corpo scopriremo il gusto di vivere.

### 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](mailto:posta@farmaciafattapa.it)

**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 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](http://WWW.INAP.IT)

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

Numero Verde - Sicilia

**800 134 851**

Lunedì - Venerdì 9.30-13.00 / 15.00-18.00

## Assifin Italia, la facilità di avere credito.

CESSIONE QUINTO STIPENDIO E PENSIONE • PRESTITI PERSONALI

**RIFINANZIAMENTO DI PRESTITI**  
IN CORSO CON ALTRI ISTITUTI FINANZIARI E INPDAP.

**DELEGA DOPPIO QUINTO STIPENDIO**  
IN CONVENZIONE E NON.

**P** Parcheggio gratuito per i clienti

Tel. 091.6519418

CONSULENZA GRATUITA PROFESSIONALE ANCHE A DOMICILIO

**ASSIFIN ITALIA**  
AGENTE IN ATTIVITÀ FINANZIARIA

Assifin Italia srl - Corso Tukory, 250 - Palermo  
Per saperne di più visita il nostro sito: [www.assifinitalia.it](http://www.assifinitalia.it)

(isc. Reg. Imprese PA n. 141208 - C.C.I.A.A. n. 153229 - Agente in attività finanziaria di Fatto & Spini (Gruppo Mediobanca) Soc. O.A.B. n. 47478 - Messaggio pubblicitario con finalità promozionale, non valido come offerta al pubblico - Finanziamenti colto riproposizione work arranged e collocazioni - senza per legge consegnata, prima della stipula del contratto, il documento "Informazioni europee di base sul credito al consumo", fogli informativi delle assicurazioni in sede - per verificare il nostro credito personalizzato consultare [www.assifinitalia.it](http://www.assifinitalia.it), per le controversie con gli intermediari finanziari [www.arbitrozionariofinanziario.it](http://www.arbitrozionariofinanziario.it). Sul nostro sito [www.assifinitalia.it](http://www.assifinitalia.it) si può consultare l'invito "10 consigli utili per lo scelta del giusto finanziamento".

# RINNOVO PRESTITI

**IN CORSO CON QUALUNQUE ISTITUTO FINANZIARIO O INPDAP  
ANCHE CONSOLIDAMENTO DI TUTTI I PRESTITI IN UNICA RATA RIDOTTA**



Corso Tukory, 250  
PALERMO

on-line

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

Tel. 091.6519418



Parcheggio  
gratuito  
per i clienti

CONSULENZA  
GRATUITA  
PROFESSIONALE  
ANCHE A DOMICILIO

Scegli la differenza, scegli Assifin Italia. Il prestito al tasso fisso più basso.  
**TRASPARENTE - RAPIDO - SENZA COSTI NASCOSTI**  
**CONSULTACI E SCOPRIRAI LA VERA DIFFERENZA!**

NOVITÀ:

**PER TUTTE LE CESSIONI QUINTO E DELEGHE I COSTI ASSICURATIVI SONO A CARICO DELL'ISTITUTO EROGANTE**

## CESSIONE QUINTO STIPENDIO

a dipendenti pubblici e statali fino a 75 anni di età,  
privati fino a 66 anni. Anche aziende di piccole dimensioni.

Rinnoviamo cessioni in corso con altre finanziarie,  
banche ed INPDAP, anche a dipendenti  
con pignoramenti o in black list.  
Anticipi immediati senza costi aggiuntivi.

## CESSIONE QUINTO PENSIONATI

di tutti gli enti fino a 85 anni di età

Copertura assicurativa  
totale del rischio vita

## DELEGHE DOPPIO QUINTO STIPENDIO

convenzioni dell'Istituto erogante  
con i principali enti pubblici e privati

Condizioni speciali,  
anche senza convenzioni

## PRESTITI PERSONALI

fino a 30.000 € in 84 mesi.  
Anche per consolidamento dei debiti

Consolidamento debiti in unica rata ridotta.  
No protestati o in black list.  
Pagamento Rid o bollettini postali



La nostra esperienza è la tua forza.  
Prenota una consulenza gratuita anche a domicilio.  
Tel. 091.6519418

Iscr. Reg. Imprese PA n. 144288 - C.C.I.A.A. n. 183229 - Agente in attività finanziaria di Futuro S.p.a. (Gruppo Mediobanca) iscr. O.A.M. n° A7678 - Messaggio pubblicitario con finalità promozionale, non valido come offerta al pubblico - Finanziamenti salvo approvazione enti eroganti e assicurazioni - come per legge consegniamo, prima della stipula del contratto, il documento "informazioni europee di base sul credito al consumo", fogli informativi delle assicurazioni in sede - per verificare il merito creditizio personalizzato consultare [www.monitorata.it](http://www.monitorata.it), per le controversie con gli intermediari finanziari [www.arbitrobancariofinanziario.it](http://www.arbitrobancariofinanziario.it). Sul nostro sito [www.assifinitalia.it](http://www.assifinitalia.it) si può consultare l'avviso "10 consigli utili per la scelta del giusto finanziamento".

# Nuove disposizioni sui ticket: quando è lo Stato a far cassa sulla pelle dei malati

di Francesco Sanfilippo

sanfilippofran@nellattesa.it



**N**ella recente manovra economica, il Governo ha introdotto un ticket di 10 euro sulle visite specialistiche e di 25 euro per i codici bianchi al pronto soccorso. Questi ticket si andranno a sommare a quelli già esistenti, innalzando i costi per gli utenti, anche perché, di per sé, variano da una Regione all'altra. Un aumento che (com'è stato evidenziato da più parti) porterà il costo di alcune prestazioni vicino a quello delle strutture private, cancellando le differenze. Secondo quanto stabilito dalla manovra, ogni Regione può decidere di non applicare il ticket sulla specialistica di 10 euro, purché prenda altre misure di partecipazione al costo delle prestazioni sanitarie. Non tutte le Regioni hanno gradito l'aumento: la Sardegna, l'Emilia Romagna, la Val D'Aosta, il Trentino Alto Adige (fatta eccezione per il ticket

sui codici bianchi) e la Toscana hanno risposto picche. Le Regioni che, invece, hanno accettato, sono la Basilicata, la Sicilia, il Lazio, il Veneto, la Calabria, la Liguria, la Lombardia e il Piemonte, mentre, l'Umbria, la Campania, le Marche e il Friuli Venezia Giulia hanno sospeso il provvedimento in attesa d'imminenti riunioni di valutazione.

Salvo ripensamenti successivi, resteranno esenti dal pagamento dei ticket alcune categorie di cittadini individuate come fasce deboli che comprendono anziani, bambini, invalidi, vittime di terrorismo e di mafia, cittadini danneggiati dalle vaccinazioni, cittadini affetti da sordità o cecità e malati cronici. Oltre a questi, sono esenti anche i cittadini di età inferiore a sei

anni e superiore a sessantacinque anni appartenenti a un nucleo familiare con reddito complessivo non superiore a 36.151,98 euro. Allo stesso modo, non dovranno pagare i disoccupati e loro familiari a carico appartenenti a un nucleo familiare con un reddito complessivo inferiore a 8.263,31 euro, incrementato fino a 11.362,05 euro in presenza del coniuge e in ragione di ulteriori 516,46 euro per ogni figlio a carico.

In realtà, le cure sanitarie sono costose, poiché assorbono risorse e perché, spesso, la degenza o il recupero durano a lungo secondo la patologia o il trauma affrontati. Inoltre, i disagi non sono pochi per i pazienti e i loro cari e non sempre le stesse cure prescritte si rivelano efficaci. Un aumento di tal fatta ha il sapore di una beffa, poiché si scaricano sui pazienti costi che potrebbero essere risparmiati se la gestione dei nosocomi fosse esente da influenze esterne e fosse organizzata secondo criteri veramente efficienti e efficaci.

## Un grande aiuto per la spesa sanitaria delle famiglie

In un momento particolarmente complesso come quello che stiamo vivendo sotto il fronte della spesa salute, assumono particolare rilevanza le iniziative di Sanit Card, la carta sconti della salute che costituisce un alleato per uno dei capitoli di spesa più pesanti per chi deve fare i conti per arrivare a fine mese. Il circuito di strutture convenzionate cresce in ogni parte dell'Isola in numero e in qualità della proposta di servizi. Questo fatto consente al titolare della card di poter scegliere serenamente a chi affidarsi per la cura della propria salute e di quella dei propri familiari. Inoltre, già da qualche mese, il costo della carta è stato ridotto del 50%, passando da 20 a 10 euro. Questo consistente sconto è stato deciso proprio per venire incontro alle esigenze di risparmio delle famiglie, che potranno godere delle agevolazioni offerte dalle strutture convenzionate ad un costo veramente ridotto. E tante altre iniziative bollono in pentola per offrire sempre nuovi servizi ai titolari, di cui informeremo i nostri lettori. Per maggiori informazioni si può telefonare al numero verde 800 974 456 o ci si può collegare al portale [www.sanitcard.it](http://www.sanitcard.it).

## Un coadiuvante delle funzioni mentali e della memoria

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

La colina agisce come co-enzima nel metabolismo. Costituisce, insieme all'inositolo, il costituente base della lecitina. E' utile per l'utilizzazione dei grassi e del colesterolo nel corpo. La lecitina funziona da agente emulsionante che mantiene i grassi in soluzione nel sangue e in altri fluidi organici. E' presente nell'organismo di tutte le cellule viventi ed è ampiamente contenuta nei tessuti degli animali e delle piante. La fonte più ricca di colina è la



lecitina, ma vi sono altre fonti dietetiche sempre ricche, quali il lievito di birra, il tuorlo d'uovo, il fegato e il germe di grano. La colina è importante per la salute della mielina, componente principale delle fibre nervose ed ha un ruolo importante nella trasmissione degli impulsi nervosi. Il morbo di Alzheimer potrebbe essere dovuto in parte a una carenza relativa di acetilcolina nel cervello. La carenza di colina è collegata a depositi grassi nel fegato, che si manifestano con ulcere sanguinanti allo stomaco, scompensi cardiaci e blocchi renali. L'assunzione insufficiente di colina può causare emorragie nei reni. Una

carenza prolungata può causare alta pressione sanguigna, cirrosi epatica e degenerazione grassa del fegato, aterosclerosi e indurimento delle arterie.

Essendo un solvente dei grassi e del colesterolo, la colina viene utilizzata per trattare l'aterosclerosi e l'indurimento delle arterie.

Può essere efficace nel trattamento di casi di steatosi epatica, danni e cirrosi del fegato ed epatiti. La colina viene anche usata per la cura di disfunzioni renali, emorragie renali e nefriti e per certi disturbi degli occhi come il glaucoma. La colina viene usata nel trattamento delle epatiti. Un aggregato di lipidi contenente fosfatidilcolina previene la riproduzione del virus HIV, ha un'attività antivirale e viene usata nel trattamento dell'AIDS.

La colina aiuta a conservare la capacità cerebrale di ragionare, imparare e ricordare. Integratori a base di colina e fosfatidilcolina hanno dato buoni risultati su pazienti colpiti da discinesia tardiva, morbo di Parkinson,

malattia di Huntington, sindrome di Tourette, degenerazione spino-cerebellare e altre malattie come disturbi maniaco-depressivi. Gli integratori a base di colina e fosfatidilcolina migliorano i sintomi psicotici.

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

**Rischiariil** può essere utile nella funzionalità della visione (glaucoma, ambliopia, scotomi), nella sensazione di perdita dell'equilibrio e negli acufeni.

# Per tenere in forma il nostro corpo puliamo i filtri e mangiamo con intelligenza

di Diego Fabra  
medico



**M**a i com e in que sto secolo è necessario prendere consapevolezza della necessità di effettuare pratiche naturali che possano pulire i nostri organi interni. Infatti, presi dalla superficialità del nostro tempo, trattiamo noi stessi come contenitori da riempire. Ciò significa - per esempio - che i nostri filtri superano ampiamente la capacità di chiarificazione del sangue e intasano. Succede per il fegato, succede per i reni e per i polmoni. Immaginate il filtro della nostra lavastoviglie: se noi mettessimo a lavare piat-

ti e pentole con tutti i residui alimentari, saremmo costretti a pulirlo ad ogni lavaggio smontandolo e trattandolo. E se questo non potessimo farlo, in breve tempo il nostro elettrodomestico si riempirebbe di acqua sporca fino a non funzionare più.

In noi accade proprio questo: quando saturiamo il fegato, ad esempio, in breve si raccoglie materiale di scarto, che ostacola il flusso biliare, creando accumuli di aggregati tossici. Se facessimo un'ecografia, troveremmo la cosiddetta steatosi epatica. Il medico ci dirà semplicemente di mangiare meno grassi, ma difficilmente ciò potrà essere bastevole.

Ebbene, il primo passo per



tenere il corpo pulito ed efficiente è smetterla di introdurre cibi a casaccio. Il secondo è provvedere di tanto in tanto alla pulizia dei filtri attraverso metodi naturali, il terzo è eliminare i tossici ambientali e le cattive abitudini.

[diego@fabra.biz](mailto:diego@fabra.biz)

## INSALATA DI RINFORZO

**Ingredienti:** 1 cavolfiore di media grossezza, 50 g di olive nere, 50 g di olive verdi, 50 g di cetriolini sott'aceto, 1 cucchiaio di capperi sotto sale, 1 peperone sott'aceto, 6 cl d'olio d'oliva extravergine, 2 cl d'aceto di vino bianco  
**Preparazione:** Lavate e mondate il cavolfiore, dividetelo a cimette e lessate per 15-20 minuti in una pentola con acqua, mettetelo in un'insalatiera e lasciatelo. Nel frattempo, snocciolate le olive, affettate i cetriolini, tagliate a strisce sottili il peperone e lavate i capperi. Unite il tutto al cavolfiore e mescolate bene. Salate, condite prima con l'olio e poi con l'aceto e servite.

## Danza, strumento per lo sviluppo equilibrato dei bambini

di Valentina Lo Buono - Docente laureata presso l'Accademia Naz.le di Danza di Roma - Presidente Associazione Spazio Danza 37



**D**iventare brave ballerine, volteggiare sulle punte, indossare il tutù, è il sogno di tante bambine. Ma fare danza non è un'attività rivolta solo a coloro che vogliono diventare professioniste. Entrare nel mondo della danza è un'esperienza utilissima a tutti. Se lo si fa fin da piccoli e se si hanno buone insegnanti, i vantaggi sono notevoli dal punto di vista fisico, psichico, ed emotivo.

L'età ideale per iscrivere il proprio figlio ad una scuola di

danza va dai 4 anni in su. Elemento portante di ogni lezione è il gioco, che permette di avvicinare i più piccoli al mondo della musica e della danza in modo allegro e divertente. Attraverso il giocosdanza e l'uso di attrezzi, che con la fantasia diventano quel che si vuole, si stimolano nel bambino l'immaginazione, la creatività e la memoria. Giocando, i bambini imparano a sentire la musica e a conoscerne il ritmo - approcciandosi man mano alla danza - e a socializzare tra loro, imparando, così, a prendere coscienza del loro corpo, dei vari segmenti muscolari e, coordinando i



movimenti, sviluppano le capacità motorie, migliorano la postura e l'espressività. La danza è una delle discipline più complete: fa lavorare ogni parte del corpo (dal collo alle spalle, dalla schiena alle gambe, dalle mani ai piedi) e

[info@spaziodanza37.it](mailto:info@spaziodanza37.it)

la mente. Alla domanda "perché la danza?" si può rispondere: perché si serve del primo linguaggio con cui entriamo in contatto fin dai primi giorni di vita, quello corporeo; perché appartiene da sempre alla cultura di ogni popolo ed è storia dell'evoluzione umana e culturale; perché è un linguaggio diretto e universale che nasce istintivamente per poi assumere significati e connotazioni diverse e personali.

L'educazione alla danza e al movimento stimolano la memoria, la concentrazione, l'empatia, libera la fantasia,

— segue a pagina 5 —

**SPAZIO DANZA37**  
DIREZIONE ARTISTICA PROF.SSA VALENTINA LO BUONO - ABILITATA ACCADEMIA NAZIONALE DI DANZA DI ROMA

La scuola segue i programmi ministeriali dell'Accademia Nazionale di Danza di Roma unico Istituto di alta cultura riconosciuto in Italia

- Danza Educativa e Propedeutica della Danza
- Danza Classica
- Danza Contemporanea
- Modern Jazz
- Corsi di Formazione per Insegnanti

E INOLTRE...

- Pilates
- Caraibico
- Balli di Gruppo
- Zumba

**CORSI DI PREPARAZIONE PER AUDIZIONI E CONCORSI**

A. C. SPAZIO DANZA TRENTASETTE  
VIA DELLE MADONIE, 37/A - PALERMO (TRAV. VIA DEI NEBRODI)  
TEL. 091 2523521 - CELL. 328 2325762  
INFO@SPAZIODANZA37.IT - WWW.SPAZIODANZA37.IT

SEGUICI: SPAZIO DANZA 37

**Hai bisogno di perdere peso?  
Vuoi stare bene in modo sano ed equilibrato?**

**I nostri nutrizionisti sono a tua disposizione gratuitamente**

**Percorsi Benessere: per maggiori informazioni telefona o manda un sms al numero 329 0727105**

# L'obesità? Si combatte diventando esperti nel controllo del proprio peso, ma con il sostegno degli specialisti

di Rosa Maria Pizzo  
dietista



L'obesità non è un singolo disturbo, ma un gruppo eterogeneo di condizioni che determina un accumulo anomalo o eccessivo di grasso nel tessuto adiposo, tale da danneggiare la salute. Il peso corporeo di un individuo è determinato dall'interazione multipla e complessa di fattori genetici, comportamentali e ambientali che agiscono attraverso la mediazione fisiologica dell'introito calorico e del dispendio energetico. La prevalenza del sovrappeso e dell'obesità sta aumentando in modo preoccupante nel mondo, tanto che l'OMS ha coniato il termine "epidemia globale dell'obesità" o globesità.

L'obesità si associa ad un incremento di tutte le cause di morte e aumenta significativamente il rischio di alcune malattie (diabete di tipo 2, patologie cardio-vascolari, dislipidemie, ipertensione, disturbi del sonno e del respiro, artropatie e alcune forme di cancro).

L'obesità non può più essere considerata un semplice problema estetico, ma un importante problema medico che minaccia la salute ed il benessere globale della popolazione e dell'individuo. Al riguardo, non possiamo dimenticare le conseguenze psicologiche dell'obesità, in particolare l'immagine corporea negativa, conseguenza di un ambiente sociale avverso che esercita una profonda discriminazione nei confronti di chi ha un

corpo "diverso" dalla media. I trattamenti di cui disponiamo sono diversi, ma qualsiasi terapia non va mai considerata sostitutiva, bensì aggiuntiva alla modifica dello stile di vita che rappresenta la terapia fondamentale per una gestione efficace e salutare dell'obesità.

I programmi di modificazione dello stile di vita sono diversi dai tradizionali programmi dietologici in cui lo specialista prescrive la dieta e l'esercizio fisico e spinge il paziente a seguire in modo rigoroso le sue indicazioni, facendo leva sulla sola forza di volontà. Un approccio che può essere efficace a breve termine, ma che spesso fallisce nel tempo perché l'individuo, terminata la dieta, riprende i



La dr.ssa Erika Cardella

suoi comportamenti abituali e recupera il peso perduto. Nei programmi basati sulla modificazione dello stile di vita l'obiettivo è aiutare gli individui a diventare esperti nel controllo del loro peso attraverso il coinvolgimento attivo del paziente che, oltre a ricevere informazioni dettagliate

per perdere peso, è aiutato a sviluppare specifiche tecniche per imparare a modificare il suo stile di vita in modo persistente.

La terapia cognitivo-comportamentale fornisce al paziente un insieme di principi e tecniche per migliorare l'aderenza alla dieta e all'attività fisica. Il trattamento è basato su due principi generali dell'apprendimento: i comportamenti implicati nello sviluppo dell'obesità (alimentazione eccessiva e scarsa attività fisica) sono in parte appresi e perciò possono essere modificati attraverso l'educazione; l'alimentazione e l'attività fisica possono essere cambiate modificando gli stimoli ambientali (antecedenti) e le conseguenze (rinforzi).

Le tecniche usate includono procedure comportamentali: l'uso del diario alimentare e tecniche di controllo degli stimoli ambientali che portano a mangiare in eccesso congiuntamente a procedure cognitive - come ci conferma la psicologa Erika Cardella del CTI onlus - o identificare e discutere i pensieri disfunzionali che portano ad abbandonare il tentativo di perdita di peso, o la tecnica di risoluzione dei problemi per gli ostacoli alla gestione del peso che facilita la comprensione del rapporto tra eventi, pensieri, emozioni e comportamenti e, quindi, la ristrutturazione dei pensieri disfunzionali che portano a non aderire alla dieta e all'attività fisica, non dimenticando la gestione delle conseguenze psicologiche dell'immagine corporea negativa in rapporto alla società.

## SEGUITI

segue da pag. 4 **DANZA: STRUMENTO PER LO SVILUPPO (...)**

il ritmo, l'espressività, la capacità di osservazione e quella di emozionarsi. Questa intensa esperienza lo è a maggior ragione per i bambini che, ancora liberi dai tabù e dai condizionamenti culturali, si espongono alla danza come al gioco, con spontaneità e senza timore. La danza e il movimento avvicinano i bambini ad un'arte in grado di relazionarli in modo sensibile e profondo, portandoli a conoscere, a vivere e ad apprezzare il proprio corpo e quello dell'altro. L'arte del movimento, infatti, non si basa sulla logica di competizione e rivalità che permea la società moderna, ma vuole sviluppare l'atteggiamento e l'amore della creatività. La danza ci fa conoscere la magia di condividere qualcosa che va oltre il gesto e l'immagine, qualcosa che nasce dal cuore e che si trasforma in movimento, in una comune quanto personale creazione. Raggiungere tutti questi obiettivi non è facile, ancor meno se l'insegnante non è all'altezza. E', quindi, indispensabile affidarsi ad un'insegnante che abbia seguito un lungo e proficuo percorso di studio e abbia conseguito un diploma di laurea presso l'accademia di danza. Il vero docente è colui che si occupa della formazione completa dell'allievo, non limitandosi solo alla danza, ma alla psiche, al corpo e alla preparazione culturale della bambina.

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

**MISSIONE JESUS**  
Associazioni Cristiane

Le prime strutture a Palermo ad aver ottenuto  
la Certificazione Internazionale ISO 9001:2008  
per la qualità dei servizi socio-assistenziali erogati

**IL NOSTRO OBIETTIVO: AMORE - SOSTEGNO - ASSISTENZA - QUALITÀ**

**CASE FAMIGLIA PER ANZIANI** Accoglienza - Riabilitazione - Servizio sociale - Progettazione - Formazione - Centro diurno - Attività ricreative - Laboratori - Musica - Eventi.  
**LE SEI SEDI** Via Nuova, Piazza Leoni, Via Umberto Giordano, Via Dante, Via Roma, Via Genova.

**CAF - PATRONATO** (in sede e a domicilio) Trasparenza - Affidabilità - Tempestività: pratiche d'invalidità, accompagnamento, pensioni, disoccupazione, ISEE, ISEEU, catasto, assistenza legale, credito agevolato, etc.

**CHIESA CRISTIANA** Studio della Bibbia - Corso di Teologia - Pregoiera - Riunione - Gruppi auto/mutuo/aiuto - Attività ludico-didattiche per bambini - Centro ascolto.

**BANCO ALIMENTARE** Alimenti - Supporto - Informazione.

**ASSOCIAZIONE DI VOLONTARIATO** Trasporto anziani - Disbrigo pratiche - Interventi per la casa - Reinserimento sociale.

**MISSIONE JESUS: LA GIOIA DI VIVERE UNA VITA DIVERSA!**

Sede centrale VIA NUOVA 77/A (trav. Viale Strasburgo) - PALERMO  
CENTRALINO 091. 689.02.98 - Ricevimento: dal Lunedì al Venerdì ore 9.00-13.00.  
Website [www.missionejesus.org](http://www.missionejesus.org) E-mail [servizi.sociali@missionejesus.org](mailto:servizi.sociali@missionejesus.org)

# Gli atroci dolori provocati dal trigemino possono essere risolti con la medicina naturale

di Maria Grazia Costantino  
naturopata riflessologa



Il trigemino emerge dalla superficie laterale del ponte cerebrale e tra i nervi cranici è quello di dimensioni maggiori. È composto da fibre nervose che veicolano la sensibilità (nervi sensitivi) e da altre che controllano il movimento (nervi motori). I neuroni che danno origine alle fibre sensoriali si trovano in una struttura anatomica all'interno del cranio dalle quali originano tre rami distinti denominati branca oftalmica, mascellare e man-

dibolare. La componente sensoriale è responsabile della sensibilità del viso, dei denti, della bocca e delle cavità nasali. Quella motoria è responsabile dell'attività dei muscoli della masticazione. L'infiammazione del trigemino causa dolori lancinanti ed improvvisi con sofferenze prolungate e disturbi a carico degli occhi, delle guance, della mandibola, con lacrimazione, irritazioni nasali e gengivali. Le crisi, per la loro gravità e frequenza, in genere, spingono il soggetto ad assumere elevate dosi di analgesici, mettendo, così, in serio pericolo la salute del



soggetto, in qualche caso creando un progressivo avvelenamento del sangue. La medicina tradizionale, in genere, interviene a lenire le sofferenze con analgesici, anche particolarmente aggressivi.

[mgrazia.costantino@libero.it](mailto:mgrazia.costantino@libero.it)

La medicina naturale può affiancarsi ai rimedi classici con ottimi risultati, come dimostrato dall'ampia casistica favorevole, fin dalle prime applicazioni. Gli effetti in genere sono duraturi e definitivi. Ma anche nei casi "difficili", cioè quelli più resistenti al trattamento, si ha, comunque, un'attenuazione delle crisi e una diminuzione della frequenza degli attacchi, con il conseguente giovamento delle condizioni psichiche e neurovegetative. Questo è un campo nel quale ha particolare efficacia la bioenergia pranica, branca della naturopatia.

## Progetti - pilota dell'Associazione Nell'attesa Onlus per i ragazzi affetti da dislessia

In questi giorni l'Associazione "Nell'Attesa" Onlus, organo di controllo scientifico, nonché ispiratrice dei contenuti di questo giornale, sta stipulando importanti accordi con alcune scuole della nostra città. Si tratta di progetti-pilota per l'acquisizione di strumenti informativi e formativi immediatamente fruibili da genitori e insegnanti. Gli ambiti previsti dai progetti sono i disturbi di

ansia e comportamentali degli alunni e il mondo ancora sommerso dei disturbi dell'apprendimento, dislessia e altri. Gli istituti contattati sono l'Istituto comprensivo Marconi-Lambruschini e il Circolo Didattico Garzilli-Trinacria, per il progetto su ansia e disturbi del comportamento (che hanno accettato); il Don Bosco Ranchibile e il C.E.I. (noto come Gonzaga) per quello sui disturbi del-

l'apprendimento. A tutt'oggi non sappiamo come risponderanno questi ultimi due istituti, ma si confida sulla loro notoria sensibilità alle tematiche sociali. I progetti prevedono momenti d'incontro tra gli specialisti dell'Associazione "Nell'Attesa" Onlus e genitori e insegnanti. In un secondo momento verranno somministrati test di screening ai soggetti segnalati. Successivamente

avverrà un momento di commento e la proposta di soluzioni, comprendenti incontri, terapie e tutoraggi. La partnership dell'Associazione sarà veicolo d'informazione e sostegno continui, oltre che di formazione all'attenzione sulle problematiche del disagio. Per maggiori informazioni telefonare al numero 338 8988773 o inviare una e-mail a [redazione@nellattesa.it](mailto:redazione@nellattesa.it).

## CONSIGLIATI

Per informazioni sulla pubblicazione di annunci telefonare al numero 389 6981720 o inviare una e-mail a [commerciale@nellattesa.it](mailto:commerciale@nellattesa.it)

### 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 uro-

logiche 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](http://www.emilioitaliano.it) - [eitaliano@gmail.com](mailto:eitaliano@gmail.com).

Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 346563 - cell. 338 8546604

### ASSISTENZA

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

### CASE DI RIPOSO

### COMUNITA' ALLOGGIO PER ANZIANI "GRETA"

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

### DERMATOLOGIA

### DOTT. ANGELO RAFFAELE CINQUE

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

### GASTROENTEROLOGIA

### DOTT. SERGIO PERALTA

Dirigente Medico U.O. di Gastroenterologia ed Epatologia - Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle Cliniche 2, tel. 0916552186 - Cell.

338 6963040 - e-mail: [peralta.sergio@yahoo.it](mailto:peralta.sergio@yahoo.it) [www.gastroenterologiaperalta.it](http://www.gastroenterologiaperalta.it)

### MEDICINA OLISTICA E BIOENERGETICA

**DOTT. FRANCESCO OLIVIERO**  
Specialista in Psichiatria e in Pneumologia. Medico esperto in Medicina centrata sulla persona, Medicina bioenergetica, Medicina biologica integrata. Test EAV delle intolleranze alimentari e respiratorie. Test kinesiologico. Studio in Via Florestano Pepe 6 90139 Palermo. tel. 091/335830 (orari: da lunedì a giovedì dalle 9.00 alle 17.30). Sito web: [www.omegastargate.com](http://www.omegastargate.com), e-mail: [francesco.oliviero@email.it](mailto:francesco.oliviero@email.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

# Attenzione ai falsi consulenti nell'attività finanziaria o ai collaboratori di agenti professionisti

a cura di Assifin Italia s.r.l.

www.assifinitalia.it

**N**egli elenchi previsti dalla vecchia normativa risultavano iscritti 230.000 agenti in attività finanziaria e mediatori creditizi che si riducevano a 140.000, considerando la doppia iscrizione, allora ammessa nei due elenchi. Nel nuovo Organismo previsto dalla legge n.141/2010 si sono iscritti circa 8.000 agenti in attività finanziaria che hanno iscritto altri 6.000 circa collaboratori, con una riduzione netta del 90% rispetto ai vecchi elenchi. Purtroppo, alcuni operatori, che non si sono regolarmente iscritti, continuano ad operare abusivamente, distribuendo volantini pubblicitari con la scritta "distributore di zona", indicando il telefono personale; altri si piazzano all'ingresso delle pubbliche amministrazioni o utilizzano il porta a porta, al fine di agganciare il cliente sprovvisto, presentandosi come consulenti del credito o, addirittura, consulenti bancari.

La nuova normativa ha creato una notevole diminuzione degli operatori del settore, rafforzando i requisiti di professionalità e una severa norma sull'applicazione delle

regole di trasparenza. Le Società finanziarie hanno messo a punto rigorosi sistemi di controllo interni, allo scopo di eliminare le mele marce e rendere la rete distributiva altamente professionale e trasparente.

## ATTIVITA' DI VIGILANZA

Il nuovo Organismo, a breve, inizierà l'attività di vigilanza prevista dalla legge, che dovrebbe eliminare dal mercato gli abusivi a tutela del consumatore e dei veri professionisti.

Gli Agenti professionisti dovrebbero contribuire ad eli-



minare l'abusivismo, rifiutandosi di pagare provvigioni in nero a soggetti non iscritti al nuovo Organismo, per la sola segnalazione del cliente.

E anche le stesse banche dovrebbero evitare di accettare la presentazione dei clienti da parte di soggetti che richiedono direttamente al cliente una percentuale per la loro mediazione (abusiva).

Tutto ciò potrebbe servire ad eliminare gli anelli di una lunga catena che incidono sui costi del finanziamento del consumatore.

Pertanto, consigliamo i consumatori a prestare attenzione, se il consulente incontrato casualmente o presentato da un amico è un operatore qualificato, adottando i seguenti controlli:

1. Verificare se il consulente risulta iscritto negli elenchi O.A.M. consultabili sul sito: [www.organismo-am.it](http://www.organismo-am.it);
2. Controllare in fase precontrattuale, cioè alla consegna del preventivo (SECCI), se è indicato in un apposito spazio il nome del consulente abilitato, che ha proposto inizialmente il finanziamento. Se è indicato il nome di un altro consulente, il primo è sicuramente un operatore abusivo.

## 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, 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

## CONSIGLIATI

Costi: per 4 annunci consecutivi 50,00 euro più IVA - per 48 annunci consecutivi (un anno) 500,00 euro più IVA - Testi forniti dal cliente

chiamare: Tel. 091201881 - 338 9151537 - 327 1627887

### NEUROLOGIA

#### DOTT. MARIO GUARINO

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

### NEFROLOGIA

#### DOTT.SSA GRAZIA LOCASCIO

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

### ODONTOIATRIA

#### DOTT. GIUSEPPE NOCERA

Terapia delle disfunzioni cranio-mandibolari - Kinesio-elettromiografie - Ortodonzia. Riceve per appuntamento in via

Massimo D'Azeglio, 9/B Tel.: 091343308 - e-mail: [info@nocera.odontoiatra.it](mailto:info@nocera.odontoiatra.it). [www.nocera-odontoiatra.it](http://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](http://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 appun-

tamento ai numeri Tel. 091. 25.23.786 e 347.716.74.79. Sito web: [www.fabriziolara.it](http://www.fabriziolara.it)

### 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](http://www.podoposturologiadottalagna.it). E-mail: [pepalagna@gmail.com](mailto:pepalagna@gmail.com)

#### AFFILIATO SANIT CARD

### PSICOLOGIA

#### C.T.I. ONLUS (Centro di Terapia Integrata), 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 Op. Loc. 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 Gambara n. 2, Palermo. Sito: [www.ctionlus.it](http://www.ctionlus.it)

#### 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: 0916121290 - 329 4321204

#### DOTT.SSA GISA MANISCALCO

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

## 10 CONSIGLI UTILI SU COME EVITARE ERRORI NELLA SCELTA DI UN FINANZIAMENTO

Il settore dei finanziamenti è un labirinto pieno d'insidie e rischi nel quale è difficile orientarsi: volantini pubblicitari, offerte su Internet e slogan che promettono agevolazioni e vantaggi imbattibili, nascondono spesso le sorprese più sgradite. Prima di scegliere, vi consigliamo di leggere con attenzione i seguenti consigli:

1) Verificare, prima di tutto, che ogni esempio pubblicizzato indichi il TAEG (Tasso effettivo globale) come previsto dalla Legge sulla trasparenza bancaria, in quanto racchiude in percentuale il costo totale del finanziamento

2) Fare attenzione al TAN offerto (tasso nominale), che è l'interesse netto percepito dalla Banca, ma è anche il tasso in percentuale che la Banca restituisce al cliente in caso di anticipata estinzione (o rinnovo). Esempio: a parità di TAEG, è preferibile scegliere un prestito con un TAN del 6,00% ad un altro con un TAN del 4,00% perché, in caso di anticipata estinzione e/o rinnovo, il cliente avrà diritto ad un ristorno maggiore degli interessi

3) Non considerate gli esempi pubblicitari che indicano un TAEG medio: non è legale perché non è una cifra né chiara né trasparente; lo stesso per quegli esempi che non indicano un TAEG preciso, ma informano che utilizzano un TAEG "sino al massimo consentito dalla legge": può significare anche più del doppio del tasso minimo pubblicizzato

4) Controllare anche che la data di scadenza nell'esempio pubblicitario offerto, sia ancora valida. Alcuni operatori scorretti distribuiscono vecchi volantini con esempi di finanziamento che non possono più offrire ai clienti

5) Anche per le offerte di prestiti su Internet, accertarsi che il proponente sia un agente in attività finanziaria o un mediatore creditizio regolarmente iscritto all'albo dell'O.A.M. Ci sono diversi operatori, anche società, che si occupano solo di raccogliere richieste di finanziamento on-line che poi girano dietro compenso a intermediari finanziari che, a loro volta, girano ai propri sub-agenti di zona, creando, così, una filiera di passaggi, i cui oneri ricadono sulla pratica del cliente facendo aumentare il costo del finanziamento. In alcuni

caso, chiedendo solo un preventivo on-line. vi piomba a casa un consulente non sempre regolarmente abilitato

6) Attenzione ai volantini pubblicitari che espongono esempi di finanziamento a condizioni estremamente favorevoli: è uno specchietto per allodole, in quanto, possibilmente, sono stati sviluppati ipotizzando un cliente molto giovane con molti anni di servizio affinché la polizza assicurativa, obbligatoria per legge, risulti ad un costo molto ridotto e di cui raramente il cliente medio potrà usufruire; oggi trovare un dipendente pubblico di 28 anni con 10 anni di servizio è un caso quasi impossibile

7) Prima di decidere di effettuare il finanziamento nell'agenzia consigliata dall'amico e/o dal parente, è meglio recarsi anche in altre agenzie finanziarie conosciute e farsi rilasciare un preventivo scritto, denominato SECCI (Informazioni europee di base sul credito ai consumatori), come prevede la legge a tutela del consumatore. Confrontando i preventivi, a parità di rata e durata, è possibile verificare la reale convenienza del netto ricavo percepito, TAN e TAEG applicati

8) Se avete un prestito in corso da estinguere o da rinnovare, occorre richiedere all'operatore finanziario, prima di sottoscrivere il contratto, una simulazione precisa dell'estinzione da effettuare in base al TAN applicato sul contratto ed eventuali altri oneri che spettano, al fine di valutare a priori se conviene rinnovare il finanziamento. Anche in questo caso, occorre fare attenzione all'operatore scorretto che tende a comunicare al cliente una cifra di estinzione inferiore al reale importo al fine di invogliare il cliente a firmare il contratto. Il cliente, solo alla liquidazione della pratica, si accorge dell'inganno e, se ha ricevuto un anticipo del finanziamento, si vede costretto ad accettare, a saldo, un netto ricavo

inferiore a quello concordato inizialmente con l'operatore

9) Diffidate degli operatori sconosciuti che, senza appuntamento, si presentano al vostro domicilio e/o sul posto di lavoro, prospettando finanziamenti "convenienti": spesso sono giovani disoccupati a caccia di clienti, che si improvvisano consulenti senza un'adeguata preparazione e senza una regolare iscrizione agli Albi previsti dalla legge

10) E' importante affidarsi ad Agenzie finanziarie conosciute, regolarmente iscritte in appositi Albi, con una stabile sede fissa, rintracciabili in qualsiasi momento per esigenze presenti e future e che vantano una lunga esperienza professionale. Occhio, quindi, al SECCI che avete ricevuto: dev'essere firmato e timbrato direttamente dall'operatore che ha fornito le informazioni. Così, potrete scoprire se avete a che fare con un operatore diretto regolarmente abilitato, o se è solo un anello di una lunga catena che è meglio evitare.

Seguendo questi semplici consigli, tutelerete sicuramente i vostri interessi e sarete in grado di fare una consapevole scelta, mettendovi al riparo dalla concorrenza sleale che confonde e crea danno al cliente poco attento o troppo fiducioso nell'amico, nel collega o nel parente... Se invece avete qualche controversia o reclamo ancora non risolto o non soddisfacente con l'istituto bancario/intermediario, potete richiedere al nostro sportello gratuito, N. Verde 8002677.09, l'intervento di uno dei nostri consulenti che vi consiglierà come predisporre il ricorso all'Arbitro Bancario Finanziario, organismo istituito dalla Banca d'Italia per la risoluzione rapida ed economica delle liti tra clienti, banche ed intermediari

**A cura di Assifin Italia srl a tutela dei consumatori (aggiornato a maggio 2013)**

**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 6x3,  
banner, roll-up

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



nell'attesa...

settimanale di prevenzione medica e di solidarietà da un'idea del Dott. Diego Fabra  
Reg. 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  
**Direttore responsabile** Michele Guccione micheleguccione@nellattesa.it  
**Direttore editoriale** Diego Fabra diego@fabra.biz  
**Hanno collaborato** Diego Fabra diego@fabra.biz - **Valentina Lo Buono**  
valentinalb@alice.it - **Maria Grazia Costantino** mgrazia.costantino@libero.it - **Rosa Maria Pizzo** rosamariapizzo@virgilio.it - **Francesco Sanfilippo** sanfilippofran@nellattesa.it  
Gli articoli firmati riflettono esclusivamente l'opinione degli autori.  
E' consentita la riproduzione anche parziale citandone la fonte.  
**Area commerciale** Tel. 389 6981720 - e-mail: commerciale@nellattesa.it  
**Stampa** Sprint s.a.s. via Telesino 18/a - Palermo  
Questo numero è stato chiuso in tipografia il 24 settembre 2013  
**Distribuzione** edizioni nell'attesa s.a.s. - Lemarfarma S.p.A.  
MediClub Sicilia S.p.A. - Poste Italiane S.p.A. (aut. n. 31152115 del  
15/03/2013)

**RANBAXY**  
Trusted medicines. Healthier lives  
FARMACI DI QUALITA'

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**