

Prima che di vaccino si dovrebbe parlare di vita sana

di **Diego Fabra** - medico
diego@fabra.biz



Quello della vaccinazione e antinfluenzale è un tema controverso. Purtroppo devo constatare che - anche questo - è caduto nella trappola del dogmatismo scientifico. Al pari di altri argomenti non si dà luogo a contraddittori, senza che si possa essere tacciati di eresia. Dall'epoca delle prime campagne vaccinali contro vaiolo e poliomielite si è assunta la convinzione (e la supponenza) che il vaccino sia la soluzione contro ogni male. Infatti, da anni si argomenta sui mali del secolo attraverso un possibile vaccino contro il cancro o contro l'Aids. Nel frattempo, le siringhe iniettano nei nostri bambini una quantità sempre maggiore di virus inattivati: dalla antica trivalente è trascorso poco più di un ventennio, ed oggi non si contano più i ceppi inoculati, col sospetto che forse si stia esagerando. E, mentre le aziende produttrici si sfregano le mani, i nostri governi ritengono che la



campagna per la vaccinazione antinfluenzale sia il nuovo Verbo da diffondere. Quest'anno non c'è stato alcun allarme generale, nes-

sun catastrofismo, nessuna pandemia annunciata; eppure, mai come ora si insiste per raggiungere un traguardo ambito: vaccinare la quasi

totalità della popolazione definita "a rischio". Conosciamo perfettamente i "rischi" delle infezioni virali, e, proprio perché queste sono numerose (e l'influenza è solo una di esse), richiedo un sistema immunitario efficiente: ci chiediamo se questa sia la strada per accrescere le difese immunologiche e se tutto il dispendio di denari ed energie organizzative profusi sia talmente giusto da far apparire ogni parere contrario un'eresia. Sta di fatto che tantissime persone non sono convinte, non vogliono vaccinarsi e dichiarano che, allorché lo abbiano fatto nel loro passato, siano state peggio. Ancora una volta - come nel caso del colesterolo, del diabete e dei tumori - registriamo che, se solo la minima parte degli investimenti andassero verso una correzione autentica degli stili di vita, cioè un potenziamento dello stato di salute generale, avremmo fatto un passo completo verso la civiltà. E in quel caso - permettetemi di dirlo - a sfregarci le mani saremmo noi.

FARMACIA FATTA DOTT.SSA CLEMENTINA APERTA ANCHE IL SABATO

AFFILIATO SANIT CARD

Autoanalisi - Fitoterapia - Omeopatia - Veterinaria
Ossigeno - Dermocosmesi - Preparazioni Magistrali
Integratori sportivi - Puericultura



SERVIZIO NOTTURNO CONTINUATO

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



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

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

MEDICO IN SEDE PER LA COMPILAZIONE DEI CERTIFICATI (GRATUITO)

NESSUNA SPESA DI TESSERAMENTO

TEMPI ESTREMAMENTE RIDOTTI

NUOVO UFFICIO DI CAPACI IN CORSO SOMMARIVA N. 22

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 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

CONSULENZA GRATUITA PROFESSIONALE ANCHE A DOMICILIO

Agenzia PA 1
Via Marchese di Villabianca, 175
Tel. 091.6254536

Tel. 091.6519418

ASSIFIN ITALIA
AGENTE IN ATTIVITÀ FINANZIARIA

Assifin Italia srl - Corso Tukory, 250 - Palermo
Per saperne di più visita il nostro sito: www.assifinitalia.it

(isc. Reg. Imprese PA n. 141208 - C.C.I.A.A. n. 183229 - Agente in attività finanziaria di Fattore Spa (Gruppo Mediobanca) (isc. O.A.B. n. 47078 - Messaggio pubblicitario con finalità promozionale, non valido come offerta al pubblico - Finanziamenti solo operazione enti eroganti e contenziosi) - corso per legge autorizzato, prima dello stipula del contratto, il documento "Informazioni europee di base sul credito al consumo", negli informative delle assicurazioni in sede - per verificare il nostro credito personalizzato carattere www.assifinitalia.it, per la convenienza con gli intermediari finanziari www.arbitroconsumofinanziario.it. Sul nostro sito www.assifinitalia.it si può consultare l'elenco "10 consigli utili per lo scelta del giusto finanziamento".

La fotografia come efficace strumento riabilitativo nelle dipendenze patologiche

a cura dell'Ufficio stampa dell' ASP Palermo

ausl6ufficiostampa@libero.it

Si chiama "Palermo: uno sguardo a fuoco" ed è il progetto che ha coinvolto 25 pazienti tossicodipendenti in cura nei SerT dall'Asp di Palermo. Per la prima volta è stata utilizzata la fotografia quale strumento di reinserimento sociale di soggetti con dipendenze patologiche. All'iniziativa, unica in Italia, hanno partecipato pazienti in fase di remissione selezionati e coinvolti in un percorso terapeutico-formativo durato un anno e finalizzato ad accrescere competenze tecniche e strumentali nel settore fotografico ed a valorizzare le potenzialità soggettive.

"Il progetto ha rappresentato un'importante esperienza per la nostra Azienda - ha sottolineato il Commissario straordinario dell'Asp, Antonino Candela - un'esperienza di profonda innovazione nei servizi assistenziali e nei modelli d'intervento. Fuori dall'approccio esclusivamente farmacologico, così diffuso nel campo delle dipendenze, il progetto ha saputo creare nuovi linguaggi ed è riuscito ad aprire nuove prospettive agli utenti dei nostri servizi. Gli eccellenti risultati raggiunti dalla pressoché totalità dei partecipanti - ha concluso Candela - testimoniano che il programma è stato non solo attrattivo, ma è riuscito anche a coinvolgere profondamente le persone nell'accettare una forte scommessa di affrancamento dalla dipendenza".

Per la realizzazione del pro-

getto sono state selezionate, attraverso un bando pubblico, due associazioni partner-colaboratrici: una con comprovata esperienza nel settore fotografico e l'altra nel campo dell'assistenza socio-sanitaria.

Nel corso della conferenza finale di "Palermo: uno sguardo a fuoco" è stato proiettato il video-documentario backstage del progetto, presentati il "Foto-racconto-biografico" del book dell'iniziativa ed il sito web realizzato. Nella "Sala Armi" è stata, invece, inaugurata la mostra con i lavori realizzati dagli utenti-corsi. Rimarrà aperta fino al 10 dicembre.

Oltre 150 prenotazioni di visite a Partinico a bordo del Campercup dell'Asp

Sono state complessivamente 155 le prenotazioni di visite specialistiche effettuate a Partinico dal CamperCup, mezzo mobile dell'Asp di Palermo che ha garantito il servizio nei giorni di chiusura per lavori di manutenzione del Centro Unificato di Prenotazione del Poliambulatorio di Largo Casa Santa. Due operatori hanno assicurato, sia la prenotazione delle visite specialistiche nelle strutture aziendali, sia il pagamento del ticket. La necessità di garantire la continuità delle prestazioni a Partinico ha indotto l'Asp ad accelerare i tempi dell'attivazione del CUP mobile, cioè di una struttura che assicuri le prenotazioni di visite specialistiche al di fuori del circuito tradizionale degli sportelli. La sperimentazione ha funzionato perfettamente e consentirà di mettere a regime un servizio che dai prossimi giorni sarà a disposizione degli utenti. Nei mercatini rionali di Palermo sarà, quindi, possibile effettuare le prenotazioni di visite specialistiche di qualsiasi struttura aziendale. Gli utenti dovranno essere forniti della ricetta del medico di medicina generale, del pediatra o di uno specialista pubblico (ospedaliero o distrettuale), di tessera sanitaria (in alternativa il codice fiscale) e dell'eventuale attestato di esenzione ticket. Per alcune branche specialistiche (come odontoiatria, psichiatria, ostetricia e ginecologia) è possibile effettuare la prenotazione anche senza la richiesta del medico di famiglia. L'utente verrà informato sul tempo di attesa nelle strutture presenti nel proprio Distretto o nelle altre che si trovano in ambito provinciale e di conseguenza valutare di accettare la prima disponibilità, oppure scegliere la struttura o lo specialista preferiti.



"Partire da sé per potenziare il processo elaborativo di trasformazione della propria esperienza è fondamentale -

ha spiegato Gaetana Nuccia Cammara, assistente sociale in servizio presso l'Unità operativa complessa Dipendenze patologiche dell'Asp e responsabile del progetto - in tal senso, la fotografia è un mezzo efficace di autorappresentazione del sé. Ma i nostri destinatari di progetto hanno usufruito anche di un'altra speciale forma di accompagnamento: il sostegno da parte di esperte figure professionali (psicologi - tutor d'aula, psicoterapeuta di gruppo e operatori dei SerT dell'Asp) nella dimensione di gruppo ed in quella individuale. Si sono rivelati fondamentali anche i momenti di scambio per affrontare alcune fasi di criticità come le ricadute presentate da alcuni utenti durante il percorso".

Molti i maestri che, durante il percorso, si sono alternati con workshop fotografici, sia di tipo tecnico che terapeutico-introspectivo. "Marianna Santoni, guru di Adobe Photoshop - ha detto la Cammara - ha condotto con entusiasmo la sua esperienza formativa con i nostri corsisti, così come Cristina Nunez con il suo The Self-Portrait Experience e Carmelo Bongiorno con Lo sguardo interiore e il potere evocativo delle immagini. E, per finire, Antonio Amendola ha dimostrato nel suo workshop sull'iphonografia come con uno smartphone, discreto e silenzioso strumento fotografico, si possono raccontare in modo autoriale le proprie storie e quelle degli altri (the storytellers).

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 Maria Grazie Costantino mgrazia.costantino@libero.it - Diego Fabra diego@fabra.biz - Francesco Sanfilippo sanfilippofran@nellattesa.it - Massimiliano Squillace redazione@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 ccp. n. 001010840625 - edizioni nell'attesa s.a.s. via Vaccarini 36 90143 Palermo - causale: abbonamento anno ...

Stampa Sprint s.a.s. via Telesino 18/a - Palermo
Questo numero è stato chiuso in tipografia il 3 dicembre 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 inviato ad oltre 1.000 punti della Sicilia

Il cheratocono, rara patologia della cornea, ma particolarmente impegnativa per lo specialista

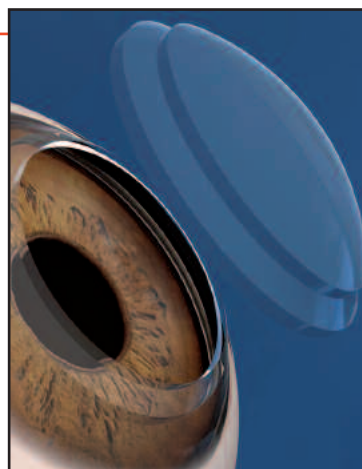
di Francesco Sanfilippo



Tra le patologie che danneggiano gli occhi, il cheratocono è tra le più impegnative, sia per chi lo sviluppa, sia per gli specialisti che l'affrontano. Se n'è parlato nel corso di un seminario organizzato da Centro Vista Sud a Palermo e rivolto tanto agli specialisti, quanto ai pazienti.

Il cheratocono colpisce la cornea, che si deforma, allungandosi in avanti, cosa che porta la superficie oculare trasparente ad assumere una forma di cono irregolare. Tale deformazione comporta un assottigliamento della parte centrale della cornea che, incurvandosi verso l'esterno, causa una distorsione delle immagini, perdendo, allo stesso tempo, la sua naturale forma sferica. I pazienti lamentano una diminuzione della vista, soprattutto da lontano, cosa che favorisce l'astigmatismo, tanto più forte quanto più è avanzata la

deformità della cornea. La qualità della visione peggiora irreversibilmente se non s'interviene prima possibile, ma esiste il rischio che sia scambiata con una miopia associata ad astigmatismo, anche se le strumentazioni oggi a disposizione degli specialisti sono in grado di individuare la patologia attraverso alcuni apparecchi specifici come il biomicroscopio. Questo strumento è in grado di notare una diminuzione notevole dello spessore sulla sommità della cornea misurabile con la pachimetria corneale. Inoltre, man mano che la cornea s'incurva, emergono delle opacità nella superficie trasparente che indicano uno stadio avanzato. I cambiamenti della cornea producono, non a caso, un'alterazione nella disposizione delle proteine corneali, originando delle microcicatrici che deformano ulteriormente le immagini fino ad arrivare, in taluni casi, a ridurre il passaggio della luce, dando un fastidioso senso di accecamento. Un altro strumento



per la diagnosi di questa patologia è la topografia corneale che consente una mappatura della superficie oculare che mette in evidenza la deformazione della cornea. Attualmente, le cure prevedono varie fasi d'intervento, secondo la gravità della deformazione assunta dalla cornea, che comportano l'uso di occhiali o lenti a contatto rigide o semirigide gas-permeabili, definite a geometria inversa, per correggere il difetto visivo nelle forme lievi. Questo strumento permette di diminuire la distanza tra l'apice della cornea e la lente a contatto, cosa che

contrasta l'abbassamento dell'acuità visiva dovuta ad un eccesso di lacrimazione. Se il cono, invece, dovesse già presentare una conicità accentuata, è possibile eseguire una tecnica, definita del piggy-back, che consente l'inserimento di una lente a contatto morbida di qualità con compiti di protezione tra la cornea e la lente a contatto rigida gas-permeabile. In questo modo, non si compromette l'apporto di ossigeno alla cornea, cosa che provocherebbe una vascolarizzazione dell'occhio stesso, portando ulteriori difficoltà nella gestione della malattia. Nei casi più gravi, è possibile ricorrere al trattamento chirurgico che prevede l'asportazione della cornea conica per sostituirla con inserti intracorneali (ICRS). Questa tecnica consiste nell'impianto di microscopici inserti in materiale sintetico trasparente appena sotto la superficie dell'occhio, alla periferia della cornea.

— segue a pagina 7 —

Un coadiuvante delle funzioni mentali e della memoria

Rischiariil 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.

Sfatiamo qualche leggenda metropolitana sul latte e sugli spinaci

di Diego Fabra
medico



No n
sem-
pre
ciò
che
appare è...

Quest'affermazione nel campo della nutrizione trova diversi riscontri. Ad esempio, le comuni credenze sull'apporto di calcio da parte dei latticini o di ferro contenuto negli spinaci: il calcio del latte e dei suoi derivati cristallizza perché rende il sangue più acido e finisce col sottrarre calcio dalle ossa.

Gli spinaci contengono molto ferro destinato al... wc, perché non assorbito. Un'altra

convincione è che ciò che è aspro sia anche acido. Niente di più scorretto. Per alcalinizzare il sangue basta una buona spremuta di arancia o di pompelmo. Così le arance, sono dei buoni alcalinizzanti; e che dire dei pomodori, dell'ananas e dei kiwi?...

Cerchiamo di rivedere le nostre convinzioni alla luce di ciò che gli esperti in medicina naturale possono rivelare.

RISOTTO ESOTICO AL POMPELMO

Ingredienti: 320 g di riso, 2 piccole cipolle, un litro e un quarto di brodo vegetale, il succo di 2 pompelmi, olio,



prezzemolo, lievito in scaglie, sale, pepe.

Preparazione per 4 persone:

diego@fabra.biz

Affettate a velo le cipolle e fatele rosolare in 3 cucchiaini d'olio. Unite il riso, fatelo tostare, bagnatelo con il succo dei pompelmi e lasciatelo insaporire per qualche minuto; quindi, cuocetelo, aggiungendo il brodo bollente poco alla volta. Dopo 18 minuti di cottura, mantecate il risotto con altro olio e incorporatevi un grosso ciuffo di prezzemolo, lavato e tritato. Spegnete il fuoco, lasciate riposare il risotto per un paio di minuti, quindi, regolate il sale, profumate con una manciata di pepe, unite due cucchiaini di lievito in scaglie e decorate a piacere.

Attenzione alla somministrazione di antibiotici ai polli

In seguito al trattamento degli animali con antibiotici, usati per curarli dalle malattie, i batteri che vivono nel loro tratto gastrointestinale possono diventare resistenti al farmaco e contaminare il cibo e l'ambiente. Infatti, abbiamo trovato batteri resistenti agli antibiotici nell'84% dei campioni di carne di pollo comprati in Italia. Abbiamo segnalato i risultati della nostra inchiesta al ministero della Salute.

Non necessariamente questi microrganismi possono farci ammalare, il vero problema è che possono trasmettere il loro meccanismo di resistenza ad altri batteri presenti nel nostro organismo: senza seri provvedimenti che ne limitino l'uso negli allevamenti, gli antibiotici potrebbero tra una

decina di anni non riuscire a sconfiggere la maggior parte dei batteri, anche negli uomini.

Abbiamo analizzato 250 campioni di petti di pollo, cercando alcuni particolari batteri più inclini di altri a sviluppare un meccanismo di resistenza agli antibiotici. Li abbiamo trovati nell'84% dei 45 campioni comprati in Italia, a Milano e a Roma. I risultati del nostro test dimostrano che il problema della resistenza agli antibiotici è molto diffuso ed è strettamente legato al tema della sicurezza alimentare: occorre migliorare il monitoraggio dell'uso di questi medicinali in ambito veterinario con sistemi di sorveglianza più severi. Serve, inoltre, un sistema che lavori maggiormente sulla prevenzione delle malattie animali,

per ridurre la necessità di usare gli antibiotici. Non solo: visti i rischi per l'uomo, perché non conservare una classe di antibiotici da usare solo per gli animali e non per le persone, in modo da limitare i danni? Queste le richieste girate al ministero della Salute da cui ci si aspettano interventi chiari e maggiore informazione ai consumatori. Affinché gli antibiotici continuino a proteggerci, anche noi possiamo prendere alcune precauzioni, agendo su due fronti, il corretto uso di antibiotici quando dobbiamo curarci e l'igiene in cucina. Solo il medico può decidere se prescrivere un antibiotico, non prenderlo senza il suo parere. Va assunto per il periodo indicato e agli orari prestabiliti; se ci si dimentica di prendere una dose di anti-

biotico, assumere subito la successiva, ma mai una dose doppia; non interrompere la cura antibiotica troppo presto, magari solo perché sono scomparsi i sintomi: potrebbero essere stati eliminati solo i batteri meno resistenti; in cucina lavarsi bene le mani, prima e dopo aver toccato il cibo; l'unico modo efficace di uccidere i microrganismi è cuocere bene la carne: al centro deve raggiungere una temperatura di almeno 70 °C; lavare posate, stoviglie e superfici che sono state a contatto con la carne cruda; non mettere mai la carne cotta nello stesso piatto in cui era stata appoggiata cruda e, anche in frigo, separare gli alimenti crudi da quelli cotti.

Altroconsumo
www.altroconsumo.it

**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

Il dott. Diego Fabra applica i principi di Medicina Naturale per il benessere e la soluzione dei principali stati di disagio e sofferenza attraverso l'attento inquadramento psicofisico, nutrizionale e cicli di depurazione di fegato, reni e apparato digerente. Predilige, inoltre, i rimedi naturali, il colloquio e la sensibilizzazione al cambiamento.

**Riceve per appuntamento cel 3471929790 (per sms)
mail fabra.ambulatorio@libero.it**

La lumaca c'insegna il segreto della felicità: anziché crescere a dismisura, si ferma per non restare schiacciata

di Massimiliano Squillace
medico



Je a n Baptiste Say ha codificato la legge secondo cui la felicità è proporzionale alla quantità di consumo. Si tratta dell'impostura economicistica e modernista per eccellenza che trova già fondamento in Thomas Hobbes quando annuncia la dismisura tipica dell'uomo occidentale: "la felicità di questa vita non consiste nel riposo di una mente soddisfatta". Non è lì, infatti, quel fine ultimo nè quel bene più grande di cui si parla nei libri dei filosofi morali. Il sociologo Emile Durkheim, sostiene che questo presupposto utilitarista della felicità è costituito da un insieme di piaceri legati al consumo egoista. A suo avviso, questa felicità può portare all'anomia, ovvero a quella mancanza di norme sociali entro cui si mantengono i comportamenti individuali, e al suicidio. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, ogni anno nel mondo quasi un milione di persone si toglie la vita, un dato di gran lunga superiore al numero di omicidi (500.000) e alle vittime di guerra (250.000). Secondo l'OCSE, all'interno dei suoi Paesi membri, nel corso degli ultimi trent'anni, il tasso di suicidio è aumentato in media del 10 per cento. Alcuni esperti di statistica hanno cercato di rappresentare la felicità con una formula in base alla quale la disponibilità in beni relazionali tende a diminuire quando il

reddito aumenta. Oltre un certo equilibrio, la felicità tenderebbe a decrescere. Robert Reich, economista di Harvard, fa una lucida analisi della situazione: "Il problema è che è sempre difficile trovare un equilibrio tra vita lavorativa e un'armoniosa esistenza, poichè la logica della nuova economia induce ad occuparsi sempre di più del lavoro e sempre meno della vita individuale". Per quanto la nuova economia sia meravigliosa, sacrificiamo al suo altare aspetti significativi della nostra vita: intere parti del nostro menage familiare, delle nostre amicizie, di noi stessi. Queste perdite vanno di pari passo con i benefici che ne traiamo. In effetti, a guardarla più da vicino, la ricchezza ha un carattere ben più patologico della povertà. Majid Rahema osserva con pertinenza: "La miseria dei ricchi sfarzosamente celata, e dunque molto meno visibile all'esterno, è paradossalmente più dannosa di quella degli indigenti: alla patologica ossessione di possedere di più, al desiderio incessante di accumulare per sè e di togliere agli altri per il solo piacere di esercitare potere si aggiungono la cultura del successo sociale, l'impetosa dinamica della competizione, l'irrinunciabile principio del profitto ad ogni costo e la mercificazione di tutte le relazioni umane". La felicità promessa ai vincenti si traduce in frenetica accumulazione di beni di consumo, in aumento dello stress, dell'insonnia, delle



malattie di ogni tipo (tumori, crisi cardiache, allergie varie, obesità, etc). "All'aumento della crescita in tutti i settori sociali - osserva Jean Paul Besset - corrisponde un aumento del disagio individuale: stati depressivi, sindrome da fatica cronica, tentativi di suicidio, turbe psichiche, atti di demenza, consumo di antidepressivi, tranquillanti, sonniferi, stimolanti, assenteismo al lavoro, scuola, ansia, ecc". In Francia, secondo Patrick Viveret, "l'angoscia della paura di vivere, e non solo quella di morire, ha un impatto che corrisponde a 315 miliardi di euro (...), i costi generati dal mal di vivere potrebbero, invece, generare una straordinaria fonte per avviare ambiziosi programmi di educazione all'arte di vivere. Il tempo sottratto alla frenesia della guerra economica, il tempo sottratto al lavoro è tempo prezioso da dedicare alla partecipazione civica e al mestiere migliore che possa esistere, quello di costruire la propria esistenza". Il rimedio alla depressione psichica è l'eccitazione, di cui la speculazione in Borsa è un buon esempio. La depres-

sione culturale denunciata da Keynes produce questa doppia miseria, alimentata e aggravata dalla pubblicità - un mezzo studiato per rendervi scontenti di ciò che avete. In queste condizioni sarebbe urgente recuperare la saggezza della lumaca. In effetti, la lumaca non ci insegna solo la necessità della lentezza. Una lumaca - spiega Illich - dopo avere aggiunto un numero di spire sempre più grandi alla sua delicata struttura del guscio, interrompe all'improvviso questa sua attività costruttiva e comincia a riavvolgersi in modo decrescente. Una sola spira in più aumenterebbe di sedici volte in più le dimensioni del guscio. Anzichè contribuire al benessere della lumaca, la graverebbe di un tale eccesso di peso che qualsiasi aumento di produttività verrebbe letteralmente schiacciato dal compito di affrontare le difficoltà create dall'allargamento del guscio oltre i limiti fissati dai suoi stessi fini. Il nesso tra salute e felicità passa attraverso una migliore qualità della vita, del benessere inclusivo, del diritto alla salute e dalla irrinunciabile prevenzione primaria e secondaria. Una buona e costante educazione fisica, una salubre vita a contatto con la natura, una buona educazione alimentare, oggi più che mai, costituiscono le solide basi dei programmi di guadagno e mantenimento della salute, tanto studiati ed elaborati ad ogni

— segue a pagina 6 —

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

Cappellino & Cappellino s.n.c.

Specialisti Radiologi

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

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

Ecotomografia 3D/4D live
(Internistica, Senologia, Ginecologia, Ostetricia 3D, pediatria, muscolo-tendinea ed osteoarticolare)

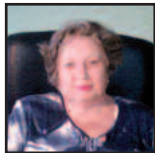
Eco-Color Doppler e PWR-Doppler
(vascolare, oncologico, fetale)

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

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

Una proposta indirizzata ai centri di cura di bambini affetti da Sindrome di Down

di Maria Grazia Costantino
naturopata riflessologa



La Sindrome di Down è una malattia genetica caratterizzata nel 95% dei casi dalla presenza di un cromosoma 21 in più (tre invece di due), causa di tutte le forme di ritardi mentali. Il bambino affetto da sindrome di Down mostra ipotamia muscolare, spesso è presente un idrocefalo, lo sviluppo fisico è ritardato, gli occhi sono molto distanti fra loro ed hanno un taglio obliquo, la bocca resta spesso aperta a causa della lingua ingrossata, le mani sono corte e il mignolo resta incurvato. La sindrome si nota già alla nascita e può essere progressiva.

Ma lasciamo le caratteristiche fisiche e soffermiamoci sul carattere delle persone affette da Down. Innanzitutto, quel che colpisce di più nel rapporto con chi soffre di questa patologia è il suo intenso bisogno di affetto. E mi vorrei soffermare su questo punto per fare qualche considerazione che ritengo importante, soprattutto in considerazione della mia professione di naturopata. Tanti centri di cura si occupano di

bambini affetti da sindrome di Down in modo professionalmente ineccepibile. Le terapie tradizionali sono indubbiamente efficaci, ma ritengo che si dovrebbe produrre il massimo sforzo possibile per aiutare chi soffre di Down, anche impiegando tecniche e discipline meno "convenzionali". Secondo la mia esperienza e gli studi condotti nel settore, l'applicazione di tecniche bioenergetiche ha permesso di conseguire un effetto relax con notevole miglioramento nel comportamento e nella capacità di comunicare da parte del soggetto che è stato sottoposto al trattamento. Un esito, dunque,



confortante per quanto attiene allo sviluppo mentale e psicologico del soggetto sottoposto a questa pratica (anche se si deve sempre tenere conto della gravità della malattia prima di inter-

mgrazia.costantino@libero.it

venire con tecniche bioenergetiche). E' evidente che la bioenergia non può modificare i tratti fisici, ma può aiutare in molti casi.

Purtroppo, questa terapia complementare è ben lontana dall'essere presa in considerazione dalla medicina tradizionale. Ho sempre ribadito con chiarezza ed onestà che la pranopratica ha dei limiti e che la sua applicazione alle patologie può conseguire risultati apprezzabili, ma limitati, cioè miglioramento della condizione fisica, contenimento della malattia e solo in qualche caso, anche la guarigione completa.

Perché, allora, per quanto riguarda la sindrome di Down, non si deve associare la bioenergia alle terapie psicologiche? E' vero, ci sono, purtroppo, tanti lestofanti che si spacciano per "guaritori", ma quando ad essere coinvolto è un serio professionista, accreditato e preparato, perché, semplicemente, non provare? Io lanciao una proposta: sono disposta a collaborare in regime di volontariato con le strutture che desiderino affiancare alle terapie tradizionali anche quelle bioenergetiche, anche a livello sperimentale.

segue da pagina 5 LA LUMACA C'INSEGNA (...)

livello dal Ministero della Salute. Questi programmi ministeriali non devono rimanere lettera morta a livello periferico ed una grande responsabilità è relegata agli interventi di tipo educativo, a partire dal medico di base fino ai tutti i professionisti che, a vario titolo, vi sono coinvolti. Limitare i danni prodotti dalla disabilità a qualsiasi livello psichico, fisico e socioculturale rappresenta la vera sfida del futuro.

Afferma Epicuro che "Il piacere è determinato da una sorta di equilibrio (che noi, in termini medici, potremmo definire omeostasi) ed è più corretto intenderlo come assenza di dolore, alla quale hanno diritto tutti e con varie modalità d'intervento.

La lumaca ci indica il cammino per pensare una società della decrescita, se possibile, serena, conviviale e con tanta buona salute e benessere.

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.

Persiste fino a fine budget il Ticket visita Euro 34,50. Riceve a Palermo in via XII Gennaio 16. Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 584114 - cell. 337 895499
AFFILIATO SANIT CARD

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 - eitaliano@gmail.com. Per prenotazioni, telefonare ai numeri. 091 346563 - cell. 338 8546604
AFFILIATO SANIT CARD

ASSISTENZA

IRIS - SERVIZI ALLA PERSONA ASSISTENZA DOMICILIARE

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

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.ser

gio@yahoo.it 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, e-mail: 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 chiamare: Tel. 338 9151537 - 327 1627887

Nasce ADVANCE, progetto europeo per il monitoraggio dei benefici e rischi dei vaccini

a cura dell'Ufficio stampa dell'AIFA

L'Agenzia Italiana del Farmaco (AIFA) partecipa, con altre organizzazioni leader coinvolte nella valutazione dei benefici e rischi dei vaccini, al lancio di un progetto unico che aprirà la strada a una struttura paneuropea per il monitoraggio e per la comunicazione dei benefici e rischi dei vaccini durante il loro



ufficiostampa@aifa.gov.it

ASL della Provincia di Cremona, fornendo un contributo allo sviluppo della metodologia e garantendo l'utilizzo della propria banca dati al consorzio che andrà a delineare la futura infrastruttura paneuropea.

RIGOROSI TEST

I vaccini sono sottoposti a rigorosi test di sicurezza prima dell'approvazione. Lo scopo di ADVANCE è quello di revisionare, sviluppare e verificare i metodi, le fonti dei dati e le procedure per lo sviluppo di una struttura paneuropea efficiente e sostenibile, che possa produrre rapidamente dati per la valutazione dei benefici e rischi dei vaccini.

L'Agenzia Italiana del Farmaco ha aderito al progetto ADVANCE e vi partecipa in qualità di associated partner, in particolare nello sviluppo della migliore pratica e del codice di condotta per il monitoraggio del rapporto beneficio/rischio dei vaccini e nello sviluppo dei metodi per un'analisi rapida e integrata del rapporto beneficio/rischio dei vaccini.

Maggiori informazioni su: www.imi.europa.eu/content/advance

ciclo vitale. Tale struttura dovrebbe agevolare gli operatori sanitari e le Agenzie Regolatorie e di Sanità Pubblica nel prendere decisioni rapide e meglio informate riguardo alle strategie vaccinali. Il progetto quinquennale, denominato ADVANCE (Accelerated development of vaccine benefit-risk collaboration in Europe), è sostenuto dalla IMI (Innovative Medicines Initiative) e riunisce

l'European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC), l'Agenzia Europea dei Medicinali (EMA), nonché i Produttori di vaccini, Agenzie di Sanità Pubblica e Agenzie Regolatorie, esperti accademici e piccole e medie imprese. ADVANCE è coordinato dall'Erasmus University Medical Center nei Paesi Bassi. A livello italiano partecipano ad ADVANCE anche la rete di pediatri Pedianet e la

segue da pagina 3 IL CHERATOCONO, PATOLOGIA (...)

Un'alternativa è la Mini cheratotomia radiale asimmetrica (MARK), che è una tecnica chirurgica in grado di permettere una cicatrizzazione controllata della cornea, la quale cambia forma e spessore secondo il bisogno dell'occhio affetto da cheratocono.

In ogni caso, il cheratocono è classificato come malattia rara e, quindi, esentabile da ticket per prestazioni mediche ed esami.



Una struttura all'avanguardia per l'accoglienza di persone diversamente abili dell'età evolutiva. Villa Flora è a disposizione tutto l'anno in modalità ambulatoriale, semi residenziale e residenziale. Il centro offre servizio mensa, pullman attrezzato, servizio ambulanza H24 con équipe medica.

A Palermo in via dei Leoni 71
Tel. 0918437701/8437402
info@villafloracrp.it
www.villafloracrp.it

CONSIGLIATI

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 marioquarino.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 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

DOTT. FABRIZIO LA ROSA

Osteopata membro del R.O.I. Trattamenti strutturali, fasciali, viscerali, cranio-sacrali. Si effettuano valutazioni kinesio-logiche-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.fabriziolarosarosa.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. E-mail: 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 Gambarana n. 2, Palermo. Sito web: www.ctionlus.it

lus.it.

AFFILIATO SANIT CARD

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@gisamanscalco.com sito web: www.gisamanscalco.com

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

I cellulari non sembrano pericolosi per la salute ma un po' di prudenza non guasta

a cura del Ministero della Salute

I telefoni cellulari fanno ormai parte della nostra vita. Alla fine del 2011 risultavano attivi nel mondo 6 miliardi di contratti di telefonia mobile e tre quarti di queste utenze erano localizzate in Paesi in via di sviluppo. Tutti i dispositivi a radiofrequenza devono rispondere ai requisiti di sicurezza basati sulle conoscenze scientifiche più aggiornate e definiti da organizzazioni internazionali di esperti riconosciute dall'Organizzazione Mondiale della Sanità. Il successo commerciale è stato accompagnato da preoccupazioni riguardo ad effetti negativi sulla salute eventualmente associate al loro utilizzo. L'OMS ha risposto ai timori sui rischi dei campi elettromagnetici avviando un progetto, orientato a: identificare le lacune conoscitive, definire le priorità di ricerca sugli effetti sanitari dell'esposizione a bassi livelli di campi elettromagnetici, promuovere progetti d'indagine coordinati ed efficienti, monitorare gli sviluppi delle conoscenze, valutare ed interpretare i risultati della ricerca scientifica e diffonderli all'esterno dei ristretti ambiti tecnici. Negli ultimi anni sono stati realizzati molti studi finalizzati a valutare se i telefoni mobili comportino potenziali rischi per la salute. Ad oggi, non è stato dimostrato alcun effetto sanitario avverso cau-

sato dall'uso dei telefoni cellulari, ma ulteriori ricerche sono in corso per colmare residue lacune nelle conoscenze. In particolare, le evidenze scientifiche tendono, nel loro complesso, a deporre contro l'ipotesi che l'uso dei telefoni cellulari comporti un incremento del rischio di tumori intracranici. D'altra parte, non sono ancora disponibili osservazioni a distanza superiore ai 15 anni dall'inizio dell'uso e per esposizioni iniziate durante l'infanzia e l'adolescenza. Pertanto, è opportuno proseguire la sorveglianza epidemiologica dell'andamento dei tumori cerebrali nel tempo e gli studi prospettici in corso. Sotto il profilo della sicurezza, tutti i cellulari immessi nel mercato europeo devono soddisfare i requisiti e gli standard definiti dall'UE. In particolare, l'assorbimento di energia elettromagnetica all'interno della testa non può essere superiore a 2 Watt/kg, per ogni elemento di tessuto di massa pari a 10 g. Il rispetto del requisito è sempre riferito a condizioni di prova in cui il telefono è a diretto contatto con la testa. Sui mezzi d'informazione sono stati a volte riportati estratti dai manuali d'uso dei telefoni, che raccomandano distanze minime di uso dal corpo quando il telefono non è appoggiato all'orecchio, lasciando intendere che si



www.salute.gov.it

telefoni cellulari (a loro volta superiori di un fattore 1000 o 10000 all'esposizione a corpo intero che si può ricevere a breve distanza da antenne radio-base o da un modem Wi-Fi). Gli effetti termici delle radiofrequenze, peraltro, sono comunemente sfruttati nei forni a microonde di uso domestico e industriale. Nel caso dei telefoni cellulari, gli studi scientifici hanno dimostrato che, anche nei tessuti più esposti (come la pelle a diretto contatto con il telefono e l'orecchio), l'aumento di temperatura non supera 1 o 2 decimi di grado centigrado neppure nelle condizioni di massima potenza, e le variazioni di temperatura all'interno del cervello sono tanto piccole da risultare praticamente non rilevabili. Variazioni di temperatura di questa entità sono inferiori a quelle che si verificano per motivi fisiologici. Ad ogni modo, in considerazione della notevole diffusione della telefonia mobile (in Italia, il rapporto tra utenze e numero di abitanti ha superato il 100% nel 2001 e nel 2008 era pari al 180%) numerose autorità sanitarie nazionali e internazionali hanno avviato e sostenuto programmi di ricerca sui possibili rischi dell'esposizione a bassi livelli di campi elettromagnetici (inferiori agli standard internazionali per la protezione dagli effetti noti).

tratti di distanze dall'orecchio. Tali raccomandazioni, in realtà, non rivestono alcun carattere sanitario diretto e sono finalizzate a garantire in via conservativa il rispetto del limite per l'assorbimento di energia nel corpo, esclusivamente in situazioni di utilizzo di accessori di tipo commerciale e di origine diversa dal produttore del telefono, accessori che non possono essere stati testati dal produttore medesimo. Allo stato attuale delle conoscenze, non sono stati evidenziati effetti nocivi sulla salute. Gli unici effetti sanitari avversi delle onde a radiofrequenza (RF) ad oggi accertati sono quelli di natura termica. Questi effetti si verificano solo a livelli d'esposizione molto elevati, superiori di alcuni ordini di grandezza rispetto a quelli prodotti dai

Sanit Card, la carta servizi al servizio della famiglia, oggi costa solo 10 Euro. Prenotala al numero verde 800 974 456. Per info consulta il sito www.sanitacard.it

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

N.1 AL MONDO
NEI FARMACI
EQUIVALENTI

PARTNER NELL'ATTESA

io **guido**
CAR SHARING

LA RIVOLUZIONE DELLA MOBILITA' A PALERMO!

con 2 €/ORA
e 0,40 €/Km



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

info e abbonamenti

346.6118205

RANBAXY
Trusted medicines. Healthier lives

FARMACI DI QUALITA'