



NORDIC WALKING

Stili di vita

Una campagna progettata da giovani affetti da cecità o sordità
pag.3

Salute e Benessere

Le piante, sono un rimedio naturale per tante patologie
pag.4

Salute e Benessere

Problemi d'intolleranza a pane e pasta?
pag.4

Sanità

La collaborazione tra le discipline alla base per una efficace prevenzione
pag.5

Volontariato

I servizi per la collettività potrebbero migliorare attraverso il dialogo tra Istituzioni e il Forum regionale del Terzo Settore
pag.6



Nordic
Walking

Il Nordic Walking è un cammino a ritmo sostenuto che simula la tecnica di avanzamento diagonale tipica dello sci di fondo attraverso l'utilizzo di due appositi bastoncini. Praticato fin dagli anni venti in Finlandia, come metodo di allenamento estivo per lo sci di fondo, il "Sauvakavey", (ovvero il camminare con i bastoncini) è stato codificato come attività sportiva e definito Nordic Walking solo nel 1997.

Si è diffuso in diversi paesi con la nascita di diverse scuole, compresa l'Italia, che hanno apportato modifiche e migliorie alla tecnica di base.

pag. 2

Sui sentieri del Nordic Walking

Il Nordic Walking è un cammino a ritmo sostenuto che simula la tecnica di avanzamento diagonale tipica dello sci di fondo attraverso l'utilizzo di due appositi bastoncini. Praticato fin dagli anni venti in Finlandia, come metodo di allenamento estivo per lo sci di fondo, il "Sauvakavey", (ovvero il camminare con i bastoncini) è stato codificato come attività sportiva e definito Nordic Walking solo nel 1997.

Si è diffuso in diversi paesi con la nascita di diverse scuole compresa l'Italia, che hanno apportato modifiche e migliorie alla tecnica di base.

È un'attività aerobica moderata, a basso impatto, senza controindicazioni, che migliora la resistenza e aumenta la forza muscolare. Aiuta a raggiungere e mantenere una forma fisica perfetta, in maniera dolce e naturale.

Brucia calorie quasi quanto il jogging, proteggendo però la stabilità dei dischi vertebrali, le articolazioni delle anche, delle ginocchia, e delle caviglie.

I bastoncini, usati come spinta e non come appoggio consentono il coinvolgimento attivo della muscolatura delle braccia, del tronco, e del cingolo scapolare.

Ad essere interessanti e sollecitati dal movimento sono infatti i depressori della scapola, gli adduttori della spalla, nonché i flessori, gli estensori

rapie dietetiche e farmacologiche per questa patologia. Il sapiente uso del bastoncino nel crawling-up consente di riscoprire tutte le connes-

e all'aria aperta. Nel profondo sud, nella nostra Palermo la camminata nordica è diventata "crawling up" (gattinare in piedi) ovvero il Nordic Walking adattato e presentato ufficialmente allo Stage Nazionale dell'ANI del 6/7/8 Dicembre 2013 a Bordighera.

Ideale nelle alterazioni posturali, nella riabilitazione e nel recupero del cammino, il crawling up è l'attività aerobica e insieme posturale per la terza età, perché ha diverse caratteristiche che soddisfano le esigenze motorie dell'anziano. Quest'attività da sola può essere utilizzata nella prevenzione dei disturbi motori e può accompagnarsi ai protocolli terapeutici per la terza età.

È un'attività particolarmente adatta anche per soggetti ipertesi, per persone con problemi di osteoporosi, per persone con disturbi alimentari, per i depressi, così come per soggetti non udenti, non vedenti, con handicap fisici e psico-fisico.

Lidia Mazzola
Chinesiologo UNC
Professionista Certificato
Istruttore Nazionale di Nordic Walking ANI,
Healt Teacher ANI,
responsabile nazionale dell'area scientifica dell'ANI



e gli abduttori del braccio. Il maggiore impegno muscolare, di conseguenza, aumenta il dispendio energetico a parità di velocità e di distanza percorsa.

L'utilizzo del bastoncino dà sicurezza al cammino, aiuta nella prevenzione delle cadute e la sua caratteristica andatura ritmata è utile nei pazienti con disturbi di tipo parkinsoniano.

Il lavoro aerobico è utilissimo nei disturbi dismetabolici e in particolare nei soggetti affetti da diabete, per cui in questi casi si può affiancare alle te-

sioni necessarie alle due parti del corpo per muoversi insieme con un'azione simultanea e sincronizzata. Il bastoncino diventa l'attrezzo che consente all'arto superiore di aggiungere all'andatura una trazione-spinta che integra e modula l'azione propulsiva dell'arto inferiore contro laterale.

Il bastoncino quindi, inserendosi nell'automatismo del cammino, senza alterarlo, garantisce all'andatura progressione stabilità adattamento. È una riprogrammazione posturale dinamica, economica

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
- RICOSTITUZIONE 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 INEVADE 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)

PER MAGGIORI INFORMAZIONI TELEFONA AL NUMERO VERDE O VISITA IL SITO WWW.INAP.IT

PALERMO - VIA ROMA 489 (90139)
Tel. 091 322624 - Cel. 327 1058421

Numero Verde - 800 134 851

FARMACIA FATTA DOTT.SSA CLEMENTINA

APERTA ANCHE IL SABATO

AFFILIATO SANIT CARD

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

SERVIZIO NOTTURNO CONTINUATO

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

Per la vostra Pubblicità:
direzionecommerciale@nellattesa.it

Una campagna informativa sulle prossime elezioni progettata da giovani affetti da cecità o sordità

L'iniziativa è partita da un gruppo di ragazzi della Lombardia, delle Marche e della Sicilia

Essere affetti da sordità o da cecità priva l'uomo di alcune capacità che diamo per scontate. Ma chi nasce o si trova in queste condizioni, spesso, non riesce a esprimere i propri pensieri perché la realtà che lo circonda è impreparata o mal informata. Per questo motivo, settanta ragazzi e ragazze provenienti dalla Lombardia, dalle Marche e dalla Sicilia si stanno confrontando in questi giorni all'Ostello di Baia del Corallo a Palermo per progettare insieme una campagna informativa sulle prossime elezioni europee.

L'obiettivo è di invitare i propri coetanei a "lasciare il segno", a partecipare al voto per il rinnovo del Parlamento Europeo. Si tratta di giovani sordi che grazie alla lingua dei segni hanno partecipato ad un laboratorio di musica Rap e alla radio, o giovani ciechi che hanno partecipato a laboratori sul fumetto e la graphic novel. Insieme a loro, si trovano alcuni ragazzi normodotati, ma con un trascorso penale che li ha portati ad essere messi alla prova, attraverso il coordinamento degli Uffici della



Giustizia minorile.

Il progetto, finanziato a fine 2013 dal programma comunitario "Gioventù in azione" (oggi confluito nel nuovo programma "Erasmus Plus"), è cominciato a gennaio con un percorso di formazione ed informazione sull'Europa e le sue istituzioni.

Il programma ha lasciato molto spazio agli strumenti di comunicazione rivolta ai giovani, come il web, le radio on-line, i video, il fumetto e il Rap. La campagna che scaturirà dal progetto partirà ad aprile e sarà all'inse-

gna dell'inclusione e dell'accessibilità. Tutti i video saranno tradotti in LIS, la lingua dei segni, mentre tutto il materiale che sarà stampato avrà corrispondenti file audio on-line per la fruibilità dei ciechi e degli ipovedenti. Tutti i ragazzi e gli operatori coinvolti si sono reciprocamente confrontati per tre giorni a Palermo con "mondi, culture e comunità" con le quali di solito non interagiscono. Non a caso, nei tre giorni di laboratori è emersa la riflessione su "chi è diverso in Europa" e sulla necessità

per le Istituzioni di essere capaci di comunicare ed informare tutti i cittadini con tutti i linguaggi disponibili. Quello dell'inclusione è stato uno dei temi chiave della riflessione dei ragazzi, ma, accanto a questo, la riflessione è stata più ampia.

Infatti, è stato affrontato il ruolo dell'Europa su tanti temi sia d'interesse più prettamente giovanile, come la mobilità internazionale per lo studio e l'apprendimento, sia più generali, come le politiche comunitarie sull'immigrazione o per il contrasto ai cambiamenti climatici.

Da ora, per un mese, i giovani lavoreranno a concretare quanto emerso in questi giorni, realizzando video, spot radio, fumetti e materiale informativo che saranno distribuiti fino al giorno delle elezioni e, soprattutto, il 9 maggio, giornata dell'Europa, con delle manifestazioni nelle piazze di diverse regioni. Il progetto "Lis - Lascia il segno" ha la collaborazione dei Comuni di Milano e Palermo e degli Uffici della Giustizia Minorile di Ancona e Palermo.

di Francesco Sanfilippo

Quando chiedi un finanziamento vorresti trovare un mondo sicuro e protetto?

ASSIFIN ITALIA
AGENZIA IN ATTIVITÀ FINANZIARIA

DA ASSIFIN ITALIA SRL TROVI CHIAREZZA, CORDIALITÀ, PROFESSIONALITÀ

UNICI NEL SERVIZIO

Professionisti abilitati e registrati in O.A.M. a disposizione dei clienti per un'attenta analisi, assistenza finanziaria e consulenza gratuita anche a domicilio o sul posto di lavoro.

UNICI NELLE CONDIZIONI

Tassi competitivi - Rimborso maggiore sugli interessi non maturati in caso di anticipata estinzione - Costo polizza assicurativa a carico dell'Istituto Erogante - Valutazione di acconti senza alcuna spesa.

UNICI NELLA QUALITÀ

I nostri finanziamenti vengono erogati dalle società del Gruppo Mediobanca. Il cliente viene assistito per tutta la durata del finanziamento.

UNICI NELLA TRASPARENZA

Per ogni preventivo richiesto, viene rilasciato "l'Informazione Europea di base sul Credito ai Consumatori" (Seccl), per prendere visione di tutte le condizioni economiche e contrattuali. Sul nostro sito www.assifinitalia.it i consigli utili per evitare errori nella scelta di un finanziamento.

UNICI NELLA STORICITÀ

La stima e la fiducia di migliaia di clienti acquisiti in questi ultimi trent'anni ci hanno confermato leader nel settore.

Con il nuovo prestito garantito puoi

NOVITÀ Cessione del quinto stipendio e prestiti su delega alle migliori condizioni e copertura assicurativa a totale carico dell'Istituto erogante - anche per i rinnovi con altri Istituti ed Inpdap.

NOVITÀ In più con gli incentivi statali 2014 puoi ristrutturare casa e recuperare il costo totale del finanziamento ottenuto ed altro ancora.

NOVITÀ Prestiti personali sino a € 30.000,00 in 84 mesi - erogazioni rapide - rimborso con bollettini postali o RID.

CORSO TUKORY, 250 - PALERMO - 091 6519418 Visita il nostro sito www.assifinitalia.it

Questa comunicazione è un messaggio pubblicitario con finalità promozionale. I finanziamenti sono promossi da Assifin Italia srl, salvo approvazione dell'Ente erogante ed Assicurazioni. Al fine di valutare meglio le condizioni di Futuro spa s'invita il cliente, prima di sottoscrivere il contratto, di prendere visione di tutte le condizioni economiche e contrattuali, facendo riferimento alle Informazioni Europee di Base su Credito ai consumatori (c.d. Seccl) rilasciato dall'Agente: Assifin Italia srl, sede legale a Palermo, Corso Tukory 250. Iscritto all'Elenco degli Agenti in Attività finanziaria OAM al N. A7678 (ex art. 128 quater D.LGS 385/93), con mandato diretto di Futuro spa - Gruppo - MedioBanca. Per verificare il merito creditizio personalizzato consultare www.monitorata.it, per le controversie con gli Intermediari finanziari consultare www.arbitrobancariofinanziario.it. Per l'avviso "10 consigli utili per la scelta del giusto finanziamento" consultare www.assifinitalia.it.

Le piante non hanno solo un effetto placebo sul corpo umano, ma costituiscono un vero e proprio rimedio naturale e benefico per tante patologie



Ma davvero vogliamo relegare il mondo delle piante e dei vegetali nella serie B della farmacopea? Nell'immaginario collettivo esistono due mondi: quello delle farmacie, dove si vendono i farmaci, e quello delle erboristerie, dove vengono dispensati estratti di piante con qualche valore curativo. Questa spaccatura è stata prodotta dalla necessità

che rimedi pericolosi e tossici - i farmaci, per l'appunto - siano prescritti sotto la responsabilità diretta del medico. Il "fai da te" nella terapia con farmaci è pericoloso: nemmeno il farmacista, infatti, è autorizzato a consigliare terapie, se non quando si tratti di autentiche banalità. Si è scambiato, però, ciò che è pericoloso con ciò che è efficace: così si pensa che l'erboristeria dispensi quasi dei placebo.

Ma la realtà per il nostro corpo va letta in modo diverso: la natura ha conferito al mondo vegetale la capacità di aiutarci attraverso quelle sostanze che ha distribuito un po' dappertutto.

Gli esempi sono infiniti e ci fanno stupire. Da sempre, la scienza ha studiato gli effetti delle piante sul corpo umano e tuttora - per mezzo delle più recenti tecniche - la ricerca va avanti.

Le industrie farmaceutiche non hanno fatto altro che tentare di aumentare gli effetti benefici del mondo naturale, producendo derivati sempre più sofisticati e potenti. I risultati sono ciò che conosciamo: riusciamo a curare diversi sintomi, poche malattie e abbiamo gli armadietti di casa strapieni di farmaci - più o meno pericolosi - che mettono in crisi l'economia di molte nazioni. Viviamo immersi non solo nelle onde elettromagnetiche e nello smog, ma a contatto con tossici potenti.

La natura c'insegna molto: c'è una saggezza in essa che richiede intelligenza e dedizione per fruirne.

Un plauso, dunque, agli istituti di ricerca che si dedicano a imparare sempre di più dagli insegnamenti della farmacopea vegetale. In particolare, i pochi istituti universitari italiani.

Recentemente, ad esempio, in uno studio italiano è stata confermata l'attività antiaritmica del biancospino, con caratteristiche che lo rendono molto simile farmacologicamente alla ben nota digitale. In un recente lavoro sono state identificate in esso altre qualità: come l'attività antinfiammatoria, la riduzione del rimodellamento cardiaco, l'attività antiaggregante piastrinica e vasodilatativa.

Viene concluso dagli studiosi che il biancospino può diventare un'ottima terapia integrativa, soprattutto per il miglioramento della qualità della vita del paziente cardiopatico. È solo un esempio, ma serve per riflettere: c'è ancora spazio per un mondo migliore, vicino all'uomo, al suo equilibrio, alla sua natura, alla sua crescita

Diego Fabra

Problemi d'intolleranza a pane e pasta? E' sufficiente assumere prodotti da grano antico

Interessante iniziativa del Consiglio Nazionale Chimici, dell'Università di Palermo e del CeSMI

Molto spesso, le intolleranze alimentari, in particolare quelle al grano, non trovano apparenti spiegazioni per il loro esordio. Nel 2013, è stato avviato un esperimento mirante a individuare le possibili cause per le intolleranze sempre più diffuse al grano. Lo spunto per il progetto nasce dall'idea del Consiglio Nazionale dei Chimici (Cnc) che la modifica della composizione di alcuni costituenti della pasta - per effetto anche di nuove tecniche di lavorazione - può avere delle ricadute sulla tollerabilità dell'alimento per l'organismo. L'idea è condivisa ed arricchita dall'Università di Palermo tramite il suo Dipartimento Stebicef (Sezione di Chimica). Inoltre, si è aggiunta l'iniziativa di Legambiente sul recupero dei grani siciliani che ha portato alla creazione del "Manifesto della Nuova Agricoltura". Anche il Centro Studi di Medicina Inte-

grata (CeSMI) ha manifestato l'intenzione di procedere ad una verifica di natura medica sulle conseguenze della lavorazione del grano. L'obiettivo del progetto è stato quello di avere un definitivo riscontro medico e di permettere la messa a punto di metodi biologici di diagnosi sui soggetti che possono sviluppare la sindrome del colon irritabile per assunzione di prodotti derivati dal grano. Il presupposto scientifico elaborato dal Cnc, dall'Università degli Studi di Palermo e dal CeSMI è che l'aumento dei casi di intollerabilità sia legato a frazioni proteiche, la cui veicolazione produce gli effetti dell'intolleranza. Le ipotesi circa tale veicolazione sono riconducibili a due linee: la prima è che tali frazioni proteiche siano aliene ai grani duri antichi e siano correlate alla modificazione genetica apportata al grano duro "Creso" da cui

discendono moltissime delle varietà oggi utilizzate. Queste ultime potrebbero essere responsabili della sindrome flogistica intestinale con aumentata permeabilità intestinale e successiva intolleranza con i sintomi caratteristici della sindrome dell'intestino irritabile. La seconda è legata a modificazioni delle proteine a seguito del processo tecnologico di essiccazione a caldo, introdotto all'inizio degli anni '80, e alla mancata cessione della salda d'amido, che è la sostanza che dà all'acqua di cottura la torbidezza e si presenta con aspetto colloso. Per provare questa teoria, è stato necessario sottoporre un numero di volontari sufficientemente ampio per un test iniziale basato su una dieta a base di pasta derivata da monocoltura di grano antico ed essiccata naturalmente. La scelta è ricaduta sulla produzione di un pastificio di Modica che ha fornito pasta di grano

duro "Timilia". I risultati sono stati perfettamente in linea con le aspettative: i trenta pazienti - che non hanno assunto altri derivati del grano sotto forma di pane o di altri prodotti da forno - hanno tollerato molto bene il grano "Timilia". Si è registrata, addirittura, la riduzione o la scomparsa dei sintomi clinici. È emerso, inoltre, che la metà dei volontari ha una predisposizione genetica alla celiachia, anche in assenza di anticorpi presenti nella malattia celiaca. L'equipe medica ha, quindi, richiamato questi volontari a rischio per consigliare loro una dieta adeguata e la necessità di proseguire con gli accertamenti biotipici intestinali. Si vedrà così se il grano "Timilia" sarà capace di migliorare l'integrità della mucosa intestinale.

Eugenio Cottone
Consigliere nazionale
dell'Ordine dei Chimici

La collaborazione tra le discipline alla base per una efficace prevenzione

L'importanza di una corretta integrazione del sistema socio-sanitario integrato, in chiave di prevenzione generale e specifica, assume oggi una grande importanza alla luce dei più recenti dati diffusi dai più importanti organismi istituzionali di salute mondiali. Il grido d'allarme, supportato da numerosi studi epidemiologici, ormai consolidati, ci illustra un crescente bisogno di accesso alla salute ed al benessere, causato da un vertiginoso aumento di numerose patologie (per lo più croniche), in gran parte determinate da un non corretto stile di vita. In particolare, sono ben quaranta le patologie croniche che potrebbero essere prevenute, incominciando da un incremento dell'attività fisico-motoria (fonte Ansa del 2 gennaio). Tra queste ricordiamo, a titolo

esemplificativo, diabete, cancro al colon ed al seno, ipertensione, osteoporosi, artrosi, patologie cardiovascolari, ansia, etc. Tra i buoni propositi da inserire nel proprio stile di vita figurano 150 minuti di attività motoria alla settimana per gli adulti (da suddividere in 30 minuti al dì) e 60 minuti al giorno per i bimbi (fonte American college of sport Medicine). La stessa fonte definisce l'esercizio fisico come "un Farmaco meraviglioso e molto potente". Appare ora chiaro come l'importanza strategica delle attività socio-sanitarie assuma valenza cruciale nella prevenzione e cura delle malattie da "progresso e sviluppo" e debba necessariamente coinvolgere tutti gli operatori, ciascuno per le proprie responsabilità di intervento, in gruppi multidisciplinari, per

costituire, a mio avviso una perfetta integrazione tra prevenzione, salute e benessere. Il primo anello di questa catena della salute spetta al medico di base che può e deve agire in primis con un'accurata anamnesi e diagnosi ed attuare un'azione educativa che miri al ripristino di un corretto stile di vita, spesso carente di un adeguato approccio alimentare ed una reale educazione motoria e sportiva. In questo modo, a mio avviso, si eviterà di "sanitizzare" radicalmente ogni attività legata alla salute, con una notevolissima riduzione dei costi del sistema sanitario, ed applicare un modello incentrato sulla prevenzione e sui modelli fisioeducativi di benessere. Corretta alimentazione, attività fisica educative, potrebbero essere messe in atto presso le scuole, l'università, gli studi dei

medici di base, i d'ascolto e di accoglienza, le palestre, i parchi pubblici e, più in generale, nei luoghi di maggiore affluenza sociale. Quanto sopra detto renderebbe il diritto alla salute più accessibile a tutti e, soprattutto, alle fasce più fragili, come bimbi ed anziani, più concreto ed efficace e ridurrebbe tantissimo i costi del sistema sanitario. Incominciare dalle scuole e dai centri per gli anziani, con attività sociali integrate - quali corsi di educazione fisica, educazione alla salute e di momenti ludici attivi sotto le direttive dei medici di base - sarebbe forse un primo passo per innescare processi virtuosi di employment della salute pubblica, praticamente a costo zero.

Dott. Massimiliano Squillace
Chinesiologo-specializzato in
Posturologia Clinica

Telefono Giallo, un aiuto contro il suicidio



Circa un milione di persone, nel mondo, muore per suicidio e ogni 40 secondi una famiglia piange per

la perdita del proprio caro. Stando alle attuali stime il fenomeno potrebbe raggiungere un milione e mezzo di vittime nel 2020 (WHO, 2012). A tale Vision e con la Mission di prevenire e di contenere il fenomeno del suicidio, è sorta a Palermo dal 1994 l'Helpline Telefono Giallo (A.F.I.Pre.S. Marco Saura) gestita da figure professionali e familiari. L'Helpline consta di: Counseling telefonico (Numero Verde Nazionale 800011110) rivolto ad individui portatori di malesse-

re psichico e/o coinvolti in situazioni ambientali stressanti, che vivono la crisi suicidaria, affetti prevalentemente da patologie psichiatriche/psicosomatiche che possono comportare vissuti depressivi e angosce di morte; Accoglienza psicologica volta a: valutare il rischio di suicidio, attenzionare la sicurezza di paziente in ospedale (Procedura Raccomandazione Ministeriale) in particolare in post-dimissione su segnalazione delle Agenzie ospedaliere, proporre strate-

gie di interventi, strutturare e potenziare la rete dei familiari, attivare GMA e riabilitativi. Alcuni dati fino al 01/09.2013: n.1122 chiamate ricevute, n.68 pazienti con disagio e rischio suicidario accolti e sostenuti, n.42 invii alle strutture ospedaliere e territoriali. Il Servizio Helpline, ha usufruito di finanziamento ASP Palermo per mesi 6: attualmente il finanziamento è sospeso.

di Livia Nuccio e
Viviana Cutaia

Canale 13 www.trmweb.it digitale terrestre
Radio Med 91.3

TRM
mattino

Seguici ogni venerdì dalle 07:30 alle 08:00
su TRM in diretta radio televisiva

Potrai intervenire chiamando al numero Tel. 091204064
Medici, specialisti ed esperti, approfondiranno i temi trattati sul nostro giornale

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

I servizi per la collettività potrebbero migliorare attraverso il dialogo tra Istituzioni e il Forum regionale del Terzo Settore

Nel corso dell'incontro a Villa Niscemi, il Presidente dell'ANCI Sicilia, Leoluca Orlando, ha rimarcato la necessità di collaborazione tra pubblico e privato

Il Presidente ed il Consiglio di Presidenza di ANCI Sicilia hanno incontrato a Villa Niscemi i portavoce del Forum regionale del Terzo Settore. Il motivo dell'incontro è stato la ripresa del dialogo necessario per lo sviluppo di servizi ed attività di qualità che coinvolgano le Amministrazioni locali ed le organizzazioni del Terzo Settore e del volontariato in parecchi campi importanti: dall'integrazione socio-sanitaria all'accoglienza degli immigrati e dei richiedenti asilo, dalle attività e i servizi per e con i cittadini disabili alla tutela dei cittadini in condizioni di svantaggio sociale e alla collaborazione nel settore della protezione

civile. Lo stesso sindaco di Palermo e attuale Presidente dell'Anci Sicilia, Leoluca Orlando, ha rilevato: "Oggi più che mai, con la crisi che ha acuito le situazioni di disagio ed ha indebolito la capacità d'intervento dell'Amministrazione, un rapporto di collaborazione e dialogo fra il pubblico ed il privato sociale è essenziale". L'elenco dei temi trattati nel corso dell'incontro è stato considerevole e per ciascuno di essi le parti hanno convenuto che il Forum del Terzo settore invii nei prossimi giorni delle schede dettagliate per illustrare i problemi sul tappeto e le proposte per risolverle. In particolare, si è parlato della necessità

dell'integrazione socio-sanitaria nell'ambito dei distretti di settore e della definizione di azioni integrate fra gli assessorati regionali alla famiglia e alla salute. Inoltre, si è evidenziata la necessità di una legge quadro sull'accoglienza e sui servizi per i migranti, oltre ad offrire la garanzia dei progetti personalizzati per i minori disabili o adulti sotto tutela in tutti i Distretti e la revisione dei sistemi di gestione delle IPAB e delle loro competenze. Oltre tutto è emersa anche l'esigenza di un rafforzamento delle iniziative volte a garantire agli anziani le cure a casa propria, attraverso la domiciliarità e l'integrazione

ne, ed il coordinamento fra le diverse iniziative regionali rivolte ai giovani, in particolare dagli assessorati alla famiglia e all'istruzione. Non ultimo, i rappresentanti del Forum del Terzo settore hanno messo in evidenza l'urgente necessità che la Regione provveda al trasferimento ai Comuni i fondi delle annualità pregresse della legge 328. Il presidente di ANCI Sicilia ha ribadito l'importanza e la necessità di coinvolgere le ASP in questo percorso condiviso, ribadendo che il dialogo avviato con il Forum proseguirà in modo costruttivo nei prossimi mesi.

di Francesco Sanfilippo

I diabetologi contro Aifa: "Troppe restrizioni sulle incretine solo per motivi economici. E i pazienti ci rimetteranno"

Appena pubblicata la 'Nota di Commento' dell'Associazione Medici Diabetologi (AMD) e della Società Italiana di Diabetologia (SID) in merito alle nuove indicazioni prescrittive AIFA per le terapie basate sulle incretine.

La Società Italiana di Diabetologia insieme all'Associazione Medici Diabetologi argomentano oggi in una 'nota di commento', pubblicata sui rispettivi siti, il loro disaccordo in merito ai criteri di rimborsabilità indicati nei nuovi piani terapeutici per i farmaci basati sulle incretine (agonisti recettoriali del GLP-1 e inibitori della DDP-4). Disaccordo già chiaramente espresso in occasione dell'unico incontro avuto dalle Società Scientifiche con AIFA, nonostante la ripetuta disponibilità manifestata. Le Società Scientifiche hanno individuato nelle indicazioni prescrittive dell'Agenzia del farmaco una serie di criticità, elencate in dodici punti, che, secondo loro, risultano in netto contrasto con quanto invece stabilito dalle linee guida di terapia del diabete italiane e internazionali e, in un caso almeno, con le indicazioni EMA. Le restrizioni contenute nei criteri AIFA, secondo gli esperti non motivate da chiari cri-

teri scientifici, avranno come ricaduta il peggioramento della qualità di vita per una parte delle persone con diabete e ne esporranno altre, che potrebbero invece beneficiare delle terapie incretiniche, agli eventi avversi tipici dei vecchi anti-diabetici orali. L'unica motivazione che si legge dietro indicazioni prescrittive così restrittive, sostengono gli estensori del documento, è quella meramente economica. Se pure le Società Scientifiche di Diabetologia - si legge nella nota - comprendono la necessità di contenere la spesa sanitaria, tuttavia ritengono che l'impatto che avranno a que-

sto riguardo i nuovi piani terapeutici sarà prevedibilmente negativo, visto l'inevitabile aumento di complicanze, legato alla mancata adozione delle nuove terapie. Nel caso degli agonisti del recettore del GLP-1, AIFA - sempre secondo quanto sostenuto nel documento delle Società scientifiche - sembra poi entrare in conflitto con quanto indicato dall'EMA, che li ritiene non prescrittibili alle persone con insufficienza renale. I piani terapeutici AIFA al contrario - sottolineano le Società scientifiche - lasciano intendere che essi siano prescrittibili in questa categoria di pazienti, allargando invece i vincoli

imposti per le persone senza insufficienza renale. In sostanza, questi farmaci risultano rimborsabili per persone alle quali non potrebbero essere prescritti, mentre non sono rimborsabili per altre, che potrebbero giovare e alle quali potrebbero essere prescritti. Una chiara contraddizione - sottolineano gli esperti - anche amministrativa. Gli esperti delle Società Scientifiche fanno poi notare come, a distanza ormai di anni dall'introduzione delle prime terapie basate sulle incretine, ai diabetologi italiani venga ancora richiesto di compilare un piano terapeutico complesso che, facendo perdere molto tempo, rappresenta di per sé un'ulteriore limitazione, se non un vero e proprio deterrente, alla prescrizione dei nuovi farmaci. Il professor Antonio Ceriello, presidente AMD, e il professor Stefano Del Prato, presidente SID, chiedono dunque che queste norme prescrittive possano essere riviste, così da mettere il nostro Paese al passo con gli altri Paesi comunitari.

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



128 punti nascita con meno di 500 parti l'anno continuano ad operare ma chiuderanno presto

L'Accordo Stato-Regioni del dicembre 2010 ha previsto la messa in sicurezza dei punti nascita prevedendo la chiusura o la messa in sicurezza di quelli in cui si effettuano meno di 500 parti l'anno. Un fenomeno - evidenziato dai dati del Piano nazionale esiti (PNE) dell'Agenas, aggiornati a dicembre 2012 - che è ancora presente e che coinvolge ben diciotto Regioni su ventuno. A livello nazionale, sono ancora 128 le strutture che effettuano meno di 500 parti l'anno. In testa alla graduatoria per il minor numero di parti in un anno c'è il Presidio Ospedaliero di Lipari (in provincia di Messina) che ne effettua 12; a seguire, sempre in Sicilia, si trova con 14 parti il Presidio Ospedaliero S'Uor Cecilia Basarocco" (nel Nisseno), dietro al quale

seguono l'Ospedale "Tiberio Evoli - Melito P.S." di Reggio Calabria) e la Casa di cura "Villa delle Margherite Sn" di Napoli entrambi con 17 parti. Come scritto sopra, il fenomeno coinvolge quasi tutte le Regioni, ma a fare da la parte del leone è la Campania con 21 strutture che effettuano meno di 500 parti all'anno, al secondo posto c'è la Sicilia con 19, seguono la Puglia e il Lazio con 10 strutture e Lombardia e Sardegna con 9. Se analizziamo i dati dal punto di vista del numero dei parti, su un totale di 538.600 eventi nascita registrati dal PNE, ne risultano 39.430 (pari al 7,3% del totale) effettuati ancora nelle strutture che, secondo il citato accordo del dicembre 2010, si sarebbero dovute chiudere o mettere in sicurezza.



ALLERGOLOGIA

DOTT. CLAUDIO RAGNO

Specialista in Allergologia e immunologia clinica. diagnosi delle malattie respiratorie, delle allergie alimentari, per allergie a farmaci. Ticket visita Euro 34,50. Riceve a Palermo in via XII Gennaio 16 091.584114 cell. 337 895499 - **AFFILIATO SANIT CARD**

ANDROLOGIA- UROLOGIA

DOTT. EMILIANO ITALIANO

Specialista in Urologia e Andrologia. Consulente Sessuologo. Riceve a Palermo in via F.Paolo di Blasi 35. www.emilioitaliano.it - eitaliano@gmail.com. Per prenotazioni, telefonare ai numeri 091 346563 cell. 338 8546604 - **AFFILIATO SANIT CARD**

CARDIOLOGIA

DOTT. CARLO CASERTA

Cardiologia - ecocardiografia - elettrocardiografia ecocardiogramma domiciliare. D.M. Cardiologia ARNAS AO Civico Pa. Studio via CILEA 11 tel 338 9419807 - Mail: carlo.caserta@tin.it

CASE DI RIPOSO

COMUNITA' ALLOGGIO PER ANZIANI

"GRETA" Assistenza 24 ore. Servizio lavanderia. Pasti. Attività ricreative e religiose a richiesta. TV in camera. Via S. Cuccia 1 (angolo via Libertà). Tel. 0916268045 - Cell. 3481511882

DERMATOLOGIA E VENERELOGIE

DOTT. ANGELO RAFFAELE CINQUE

Mappatura medica, esame in epiluminescenza dei nei, penoscopia, diagnosi e terapia degli HPV (condilomi), diatermocoagulazione, crioterapia, laser. Via R. Wagner 9, Palermo, tel. 091335555

GASTROENTEROLOGIA

DOTT. SERGIO PERALTA

Dirigente Medico U.O. di Gastro-entero-

logia ed Epatologia Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Via Dietro la Parrocchia,66 Cell. 338 6963040 e-mail: peralta.sergio@yahoo.it

NATUROPATIA

MARIA GRAZIA COSTANTINO

Naturopata: riflessologia plantare, digito-pressione, bioenergia, shatsu, massaggio terapeutico - Cro-moterapia - Efficacia nei risultati del trattamento della cellulite. Per consultazioni chiamare: Tel. 091201881 - Cell.338 9151537

NEFROLOGIA

DOTT.SSA GRAZIA LO CASCIO

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. MANLIO MAZZOLA

Ablazione Tartaro, chirurgia, implantologia, posturologia, conservativa e protesi dentarie. Riceve in via Cantiere Finocchiaro, 8 a Palermo. Tel. 0916259033 Cell. 3201727589

ORTOPEDIA-TRAUMATOLOGIA

AMBULATORIO POLISPECIALISTICO DI ORTOPEDIA L'EMIRO

Dott. Sergio Salomone. Trattamenti patologie ortopediche e traumatologiche. Prevenzione, diagnosi e cura dell'osteoporosi, densitometria ossea. Medicina legale. Parcheggio Interno. Tel.: 091213197, Via Eugenio l'Emiro 22 (zisa). Sito web: www.centroemiro.it

OSTEOPATIA

DOTT. FABRIZIO LA ROSA

Si effettuano valutazioni kinesiolgiche-posturali. Riceve a Roma ed a Palermo in Via Croce Rossa 222 previo appuntamento. Recapito 347.716.74.79. Sito web: www.fabriziolarosait

PSICOLOGIA

DOTT.SSA CATERINA D'ANNA

Psicologa - Psicoterapeuta. Psicologia - Psicoterapia del bambino, dell'adolescenza e della famiglia. Via Tripoli 18 Palermo. Recapiti telefonici: 329 4321204

Sanit-Card®
800.974.456
www.sanitcard.it

nell'attesa... settimanale d'informazione socio-sanitaria dell'A.N.I.O.
Reg. al Tribunale di Palermo n° 11 del 29/05/2006

Dir. Scientifico: **Girolamo Calsabianca** - Segr. Nazionale ANIO - girolamo.calsabianca@alice.it
Comitato Scientifico: **Dott. V. Milisenna** Pr. Com. Sc. Naz. ANIO, Pr. Comm. Med. Leg. ASP CL
Prof.ssa **C. Giordano** Resp. UOC di Endocrinologia Policlinico (Pa), **Dott. T. Mannone** Risk Manager A. O. Villa Sofia-Cervello (Pa), **Prof. G. M. Calori** Prof. Univ. Milano Dir. COR Gaetano Pini (Mi), **Dott. Sergio Salomone** Pres. Associazione A.S.S.O., **Dott. A. Provenzano** Resp. Centro Officine di Ippocrate A. O. Villa Sofia-Cervello (Pa), **Dott. Antonio Gambino** Chinesologo, **Dott. Diego Fabra** Nutrizionista
A.N.I.O. Numero Verde: 800 688 400 (chiamata gratuita)
Siti web: www.anio.it Pagina Ufficiale ANIO Facebook: www.facebook.com/anioinforma
nell'attesa... Editto da: **A.N.I.O. Onlus**
Direttore Responsabile: **Francesco Sanfilippo** - direttore@nellattesa.it
Direzione Commerciale: **Vincenzo Alaimo** - direzionecommerciale@nellattesa.it
Grafica: **Andrea Ganci** - webmaster@nellattesa.it
Consulente Editoriale: **Sergio Fabra** - Stampa: **Pitti Grafica** via Pelligra, 6 (Pa)
Redazione: e-mail: redazione@nellattesa.it - Siti web: www.nellattesa.it
Pagina Ufficiale Nell'attesa...: <https://www.facebook.com/163985206974166>
Per abbonarsi al giornale: Inviare una email a: abbonamenti@nellattesa.it
Per la vostra pubblicità: Contattare l'azienda Phoenix - Cell. 3389432410 | mkt@nellattesa.it

SERVIZIO GRATUITO AL LETTORE:
IL MEDICO RISPONDE
Scrivi alla nostra email medicorisponde@anio.org per chiarimenti o perplessità sulla tua patologia

La Carta Servizi del Centro Pilota Plurispecialistico per la Prevenzione delle Disabilità e delle Alterazioni Posturali

Il Centro Pilota Plurispecialistico Sperimentale per la Prevenzione delle Disabilità e delle Alterazioni Posturali è una tessera del grande mosaico che compone il progetto core di ANIO per l'anno 2013/2015 denominato:

OFFICINE D'IPPOCRATE.

Il progetto mira a creare Reti multispecialistiche per la prevenzione delle patologie che potrebbero evolversi in infezioni ossee ed articolari settorializzando l'intervento di prevenzione per aree geografiche e per esigenze epidemiologiche. Gli studi condotti in precedenza ci hanno dato ragione di sostenere, che il coagulare eccellenze di territorio con la piena collaborazione tra aziende ospedaliere, territori ed organizzazioni di Volontariato sono una forte risposta alla migrazione sanitaria con la controindicazione evidente di creare economie sociali e di sistema. Le attività che sosteniamo nello sviluppo delle reti ospedaliere e dei processi assistenziali sono azioni di efficacia ed efficienza del sistema, nel garantire l'integrazione dei percorsi assistenziali e far fronte alla complessità dei bisogni e ai trend epidemiologici. Il progetto è finanziato da ANIO con il contributo dei soci, la ripartizione del 5 per mille, e la Lega Calcio Serie B Solidale che sostiene le iniziative del progetto durante la stagione calcistica 2013/2014.

OBIETTIVO GENERALE

Garantire percorsi di prevenzione, diagnosi e cura, al fine di ridurre e/o limitare l'insorgere di complicanze, patologie e infezioni dell'apparato muscolo-scheletrico causate

da alterazioni posturali.

A CHI E' DESTINATO IL SERVIZIO

Le attività progettuali sono rivolte ad un'ampia fascia di cittadini:

Soggetti in Età Evolutiva; Diabetici cronici; Donne over 50; Soggetti Anziani; Soggetti Disabili e da tutti coloro che hanno un'indicazione prescrittiva di uno specialista.

ACCESSO AI SERVIZI

Gli utenti potranno accedere al servizio attraverso il Numero Verde ANIO 800.688.400 o fax: 06.25496358, inoltre mediante gli indirizzi mail: ippocrate@anio.org; amministrazione@anio.it o attraverso il CUP Ospedali Riuniti Villa Sofia Cervello: 800.178.060.

Valutazione specifica per soggetti a rischio di osteoporosi: Valutazione dei fattori di rischio di osteoporosi e frattura (età, sesso, familiarità, presenza di frattura, uso di cortisonici, ipertiroidismo, ipogonadismo, malassorbimento, epatopatie croniche, artrite, immobilizzazione, anoressia, basso indice di massa corporea, trapianto d'organo, basso introito di calcio e/o vit. D, fumo, alcol, rischio di caduta personale o ambientale).

Valutazione specifica per soggetti con alterazioni posturali: Soggetti con disturbi della postura, da una fascia giovane, alla fascia dei cittadini anziani.

DA CHI E' EROGATO IL SERVIZIO

Azienda ospedaliera Ospedali Riuniti Villa Sofia Cervello in cooperazione con un Team dedicato dall'associazione A.N.I.O.

LE OFFICINE D'IPPOCRATE

Centro Pilota Plurispecialistico
per la Prevenzione delle Disabilità e delle Alterazioni Posturali

AMBULATORI

Le consulenze specialistiche e gli esami strumentali sono effettuate presso l'ambulatorio "Officine d'Ippocrate" sito al 2° piano dell'Azienda Ospedaliera Villa Sofia Cervello Presidio Ospedaliero C.T.O. di Palermo.

Supporto Informativo

Integrazione dei percorsi sanitari e socio assistenziali - Ascolto, sostegno e assistenza nella risoluzione di dubbi, incertezze e conflitti di natura sociale e relazionale cui il soggetto è portatore; indicazioni nell'espletamento iter burocratici quali: richieste di Invalidità sociale, Legge n° 104/'92, contrassegni di circolazione auto, Assistenza Domiciliare Leggera o Integrata, collocamento mirato, Bonus socio-sanitari, Bonus anticrisi, piani terapeutici per assegnazione di Presidi ed Ortesi, Segretariato Sociale integrato al territorio, Valutazioni del Contesto Socio-Ambientale, Gruppi di Auto/Mutuo Aiuto, Incontri di Educazione Sanitaria, Alimentare e di Rieducazione Posturale.

- Visite Gnatologiche Fisiologia, patologia e disfunzioni della mandibola (masticazione, deglutizione, fonatoria, posturale)

- Consulenza osteopatica fisiatrica

Diagnosi e cura dei paramorfismi e dismorfismi del piede, arti inferiori, colonna vertebrale, patologie congenite neonatali.

- Consulenza Osteopatica trattamento di disabilità causata dalle diverse affezioni patologiche e/o dal dolore e con competenze specifiche in ambito neuromuscolare, osteoarticolare, cognitivo-relazio-

nale, biomeccanico-ergonomico e psicologico.

- Consulenza ortopedica per patologie osteoporotiche Diagnosi e cura dell'osteoporosi

- Consulenza diabetologia Prevenzione diagnosi e cura del diabete

- Consulenza dermatologica Diagnosi e cura della patologie della pelle.

ESAMI STRUMENTALI

Gli esami strumentali sono effettuati presso l'ambulatorio "Officine

d'Ippocrate" sito al 2° piano dell'Azienda Ospedaliera Villa Sofia Cervello Presidio Ospedaliero C.T.O. di Palermo.

L'attività degli esami strumentali posturali comprende:

1)Esame Baropodometrico

Rilevazione impronta dei piedi con Podoscanalyzer, Statica, Stabilometrica con occhi aperti ed occhi chiusi, Rilevazione Dinamica

2)Esame Formetric

Rilevazione con scansione ottica colonna vertebrale a bocca chiusa, a bocca aperta.

L'attività degli esami strumentali Densitometrici comprende:

- Densitometria Ossea Dexa lombare
- Densitometria Ossea Dexa femorale
- Densitometria Ossea Dexa avambraccio
- Densitometria Ossea Dexa dual femore
- Densitometria Ossea Dexa protesica
- Densitometria Ossea Dexa dual protesica
- Morfometria
- Total Body



Associazione Nazionale per le
Infezioni Osteo Articolari

(800 688 400)

Le Infezioni Osteo-articolari lasciano il segno

Dona il tuo 5 per mille ad A.N.I.O. Onlus

la tua firma aiuterà a sostenere il Centro

Le Officine d'Ippocrate codice fiscale:

9716 533 0826

www.anio.it

