



## INFODAY La ricerca sanitaria

### Sociale

Invalidità civile, i bambini con diabete sono esenti da visita di revisione  
pag.3

### Volontariato

In Sicilia il volontariato si difende bene  
pag.4

### Sociale

Lavoratori con diabete, il conseguimento delle tutele è arduo  
pag.4

### Sanità

Alimentazione sana ed equilibrata senza restrizioni  
pag.6

### Salute e Benessere

L'ansia da stress nell'anziano può provocare conseguenze sul suo organismo?  
pag.6

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

**L**a ricerca universitaria e quella promossa dallo Stato non si sono mai incontrate se non per poche e rare eccezioni. Ciò è stato una vera iattura, poiché tale mancanza di collaborazione ha determinato uno sperpero di risorse in un settore, quello della ricerca, che da decenni è stato di per sé sistematicamente sotto finanziato. Negli ultimi anni, tale tendenza si è invertita e la collaborazione tra gli enti si rafforza seppur resti molto da fare. Il convegno "La ricerca sanitaria: dalle evidenze scientifiche alla pratica clinica" ha offerto un'occasione di confronto tra le Istituzioni in vista dei nuovi bandi, mirati a favorire lo sviluppo del Sistema sanitario nazionale. Si tratta di un'occasione vitale per i ricercatori italiani, cosa che potrebbe aiutare i talenti finora inespresi, favorendo le cure per i pazienti.

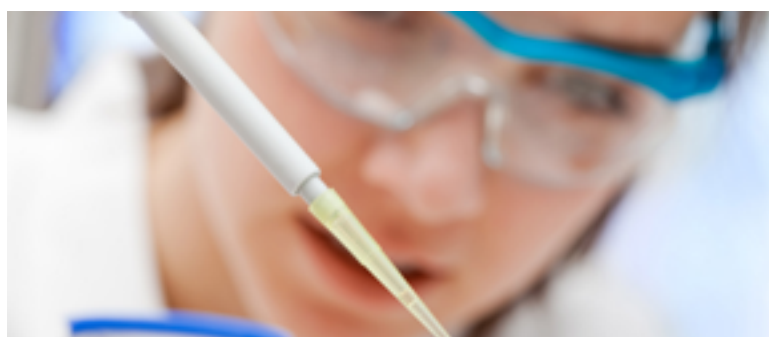
pag. 2



# Infoday "La ricerca sanitaria: dalle evidenze scientifiche alla pratica clinica"

**D**i recente, presso l'Azienda Ospedaliera Universitaria Policlinico "Paolo Giaccone" di Palermo (AOUP), ha avuto luogo l'infoday "La ricerca sanitaria: dalle evidenze scientifiche alla pratica clinica". L'evento è stato organizzato dall'Assessorato della Salute in collaborazione con il Servizio di Internazionalizzazione e Ricerca Sanitaria dell'AOUP di Palermo. L'evento è stato moderato dalla Dr.ssa Sonia Lo Bue (Dirigente Area Interdipartimentale 6 "Progetti, Ricerca e Innovazione" - DASOE - Assessorato della Salute Regione Siciliana) e dal Prof. Alberto Firenze (Dirigente Medico - Direzione Sanitaria di Presidio -AOUP "Paolo Giaccone" di Palermo). Durante l'infoday, sono intervenuti vari rappresentanti dell'Università, delle Istituzioni sanitarie regionali e locali. L'evento ha rappresentato un'importante opportunità per i ricercatori interessati al nuovo bando di Ricerca Finalizzata 2016, nonché un momento di incontro e confronto tra le Aziende Sanitarie Siciliane ed i referenti per la ricerca del Ministero della Salute. Il Prof. Girolamo Cirrincione (Pro-rettore alla Ricerca dell'Università degli Studi di Palermo) ha fatto presente l'importanza della ricerca come pilastro dell'Università. Poi, in rappresentanza della Regione, il Dr. Ignazio Tozzo (Dirigente Generale del Dipartimento Attività Sanitarie e Osservatorio Epidemiologico) ha espresso la sua soddisfazione per la collaborazione sempre più attiva ed efficiente tra la Regione e le Aziende sanitarie siciliane. Tale collaborazione legate alle tematiche della ricerca, mostra le ricadute positive sulla cura e gestione del paziente nella pratica clinica. Successiva-

mente, il Dr. Renato Li Donni ed il Dr. Luigi Aprea, rispettivamente, Direttore Generale e Direttore Sanitario dell'AOUP, hanno sottolineato il ruolo della ricerca sanitaria come volano per il miglioramento dell'assistenza al paziente. Hanno evidenziato anche l'importanza della partecipazione ai bandi di finanziamento nazionali ed internazionali come opportunità di crescita e fonte di finanziamento per le Aziende. Per il Ministero della Salute, il Dr. Gaetano Guglielmi (Direttore Ufficio III Verifiche Ricerche e trasferimento risultati) e la Dr.ssa Maria Novella Luciani (Direttore Ufficio IV Ricerca Sanitaria e Tecnologica), dopo aver presentato le statistiche sui risultati dello scorso bando, hanno offerto spunti e consigli per la partecipazione al bando di prossima uscita. Questi ultimi hanno sottolineato anche il ruolo centrale che dovrebbero svolgere le Aziende nel supportare i ricercatori, soprattutto dal punto di vista burocratico, amministrativo e gestionale. I relatori hanno a tal proposito riportato che le Aziende si sono munite al proprio interno di uffici di assistenza alla progettazione e hanno aiutato i ricercatori a fronteggiare procedure interne alle volte estremamente farraginose. In questo modo, hanno raggiunto risultati eccellenti ottenendo il finanziamento di un'elevata percentuale dei progetti presentati. Il Prof. Giovanni Li Volti (Membro della Study Session del Ministero della Salute per la valutazione della Ricerca Finalizzata) ha quindi illustrato i parametri utilizzati dal Ministero per la valutazione dei progetti presentati. Ha, inoltre, messo in evidenza gli errori più comuni che vengono commessi in fase di progettazione, fornendo sug-



gerimenti e consigli per il miglioramento della stesura dei progetti. Successivamente, il Dott. Walter Mazzucco (Rappresentante della Regione Siciliana nella Sezione Giovani Ricercatori del Comitato Tecnico Sanitario Nazionale) ha introdotto gli interventi di alcuni Giovani Ricercatori siciliani vincitori di progetti di Ricerca Finalizzata (Dr.ssa Alessandra Bitto, Dr. Duilio Pagano, Dr. Salvatore Pasta, Dr.ssa Rossella Spataro, Dr. Gianluca Trifirò). Tra le tipologie di progetti sono presenti Progetti Estero (PE) Progetti Cofinanziato (PC) Progetti Ordinari presentati da Giovani Ricercatori (GR) e Programmi di Rete (NET). I Progetti Estero (PE), sono progetti presentati da ricercatori italiani che prevedono la collaborazione con ricercatori di nazionalità italiana stabilmente residenti e operanti all'estero da almeno 3 anni. Il finanziamento è destinato unicamente alle attività svolte dal DI presentatore del progetto. I Progetti

Cofinanziato (PC) sono progetti presentati da ricercatori, appartenenti al SSN, aventi un cofinanziamento privato garantito da aziende con attività in Italia al fine di sviluppare idee o prodotti non ancora coperti da brevetto ovvero il cui brevetto è in proprietà del ricercatore del SSN e/o del DI o istituzione del SSN che presenta il progetto. Progetti Ordinari presentati da Giovani Ricercatori (GR) sono progetti di ricerca presentati da ricercatori con età inferiore ai 40 anni alla data di scadenza del bando. Infine, i Programmi di Rete (NET) hanno lo scopo di creare dei gruppi di ricerca e innovazione (Consorzi) per lo sviluppo di ricerche altamente innovative e caratterizzate dall'elevato impatto sul Servizio Sanitario Nazionale rivolte a soddisfare le esigenze di programmazione regionali e di sviluppo dei servizi per il miglioramento dell'assistenza e delle cure offerte dal SSN.

Redazione

## 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@farmaciafatta.it



LAZIO CAMPANIA SICILIA

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

- PRESENTAZIONE DOMANDE AMMINISTRATIVE
- ASSEGNO DI INVALIDITA' (74%)
- PENSIONE DI INABILITA' (100%)
- INDENNITA' DI ACCOMPAGNAMENTO
- INDENNIZZO PERIODI DI CHEMIOTERAPIA
- PRATICHE PER MINORI, CIECHI CIVILI E AUDIOLESI
- BENEFICI ASSIST. PER I PORTATORI DI HANDICAP (L.104)
- PENSIONE DI INABILITA' AL LAVORO (INPS - INPDAP)
- ASS.ORDINARIO DI INVALIDITA' (INPS)
- RICORSI AMMINISTRATIVI E GIUDIZIARI
- RICOSTITUZIONE PENSIONE (RISCHIO AMIANTO)
- RECUPERO VECCHIE PRATICHE INEVASE O 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  
VISITA IL SITO:  
WWW.INAP.IT**

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

# Invalidità civile, i bambini con diabete sono esenti da visita di revisione

**D**opo anni, anche l'Inps abolisce le visite di revisione per i bambini con diabete, eliminando in un colpo una fonte continua che ha visto l'emanazione di decisioni diverse su casi simili da parte delle commissioni incaricate. La Commissione Medica Superiore dell'Istituto pubblico di previdenza ha chiesto in un documento ufficiale a tutte le commissioni mediche territoriali di ammettere automaticamente tutte le prestazioni previste dalla legge (lo status di minore invalido e la condizione di handicap con connotazione di gravità). Il documento, inviato a tutti i Coordinatori Medico-Legali Regionali ed ai Responsabili delle UOC/UOS territoriali, s'intitola "La valutazione a fini di invalidità civile e handicap del minore affetto da diabete mellito tipo 1: Linee guida". Le prime 11 pagine del documento sono introduttive e selezionano i più autorevoli e rilevanti materiali

esistenti riguardo il diabete a scuola, tra cui quelli standard di cura AMD-SID e dell'Ada, la legge 187, i lavori della Commissione Diabete del Ministero della Salute, il Manuale operativo per l'applicazione del 'Piano sulla Malattia Diabetica' in età pediatrica della SIEDP. La vera novità sta a pagina 12 dove la Commissione Medica Superiore dell'Inps scrive, riguardo la complessità dei compiti richiesti al minore per la gestione del diabete: "Su tali presupposti, considerando prioritaria la tutela della salute e della sicurezza del minore e allo stesso tempo eccedente dalle possibilità della commissione valutatrice una compiuta valutazione sul suo grado di maturità, la Commissione Medica Superiore ritiene che per i minori affetti da diabete mellito tipo 1, si debba riconoscere in ogni caso la sussistenza di difficoltà persistenti a svolgere i compiti e le funzioni propri dell'età, ai fini dello status di "minore in-

valido" e del conseguente diritto all'indennità di frequenza". Il documento procede riconoscendo "in ogni caso la sussistenza della condizione di handicap con connotazione di gravità, con previsione di revisione al raggiungimento dell'età adulta". Così, le Commissioni Mediche sono, di fatto, obbligate a riconoscere ai minori con diabete tutte le prestazioni previste sia in termini economici sia di diritti in capo al genitore previste dalla legislazione attuale, invertendo al tendenza finora seguita di concedere il meno possibile. Tale tendenza aveva già ricevuto un colpo con la tabella d'invalidità del 2007, ma una presa così netta non può che sgomberare il campo da condotte ambigue, come finora è accaduto. Secondo l'Inps, "tale orientamento garantisce al minore portatore di una malattia cronica, com'è il diabete mellito, l'assistenza scolastica necessaria a permettergli la massima espressione



delle sue qualità e capacità nell'ottica futura di un pieno inserimento nella società e nel mondo del lavoro". Peccato che, finora, com'è emerso in altri articoli, tali linee-guida non siano estese retroattivamente alle persone con diabete più anziane che, quotidianamente devono nascondere la patologia per non rischiare di fornire una "scusa" per essere licenziati.

Udiconsum

# PRESTITI

## A CONDIZIONI CHE NON TEMONO CONFRONTI

- SENZA COSTI NASCOSTI • ANCHE A NOMINATIVI IN BLACK LIST
  - ANTICIPI SENZA COSTI AGGIUNTIVI • CONSULENZA GRATUITA ANCHE A DOMICILIO
  - RINNOVI DI OPERAZIONI IN CORSO CON QUALSIASI ISTITUTO (anche INPS)
- DIPENDENTI FINO A 75 ANNI - PENSIONATI FINO A 85 ANNI

# CHE TAEG!!!

La cessione del Quinto Stipendio o Pensione e il Prestito con Delega fino al Doppio Quinto a CONDIZIONI MAI VISTE



Prima di fidarti dell'amico o delle offerte on-line Confronta da noi i preventivi e verifica la differenza



**Tel. 091.6519418**

Dal Lunedì al Venerdì ore 9.00-13.00 e 15.00-19.00

I professionisti del credito  
**ASSIFIN**  
ITALIA S.r.l.  
AGENTE IN ATTIVITÀ FINANZIARIA

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

CONTINUA LA CAMPAGNA  
**TASSO BASSO**

Corso Tukory, 250 - Palermo  
(angolo Via Filiciuzza)

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale, per le condizioni contrattuali e preventivi personalizzati si rimanda ai documenti informativi presso gli uffici di Assifin Italia Srl agente in attività finanziaria di Futuro Spa, iscritto nell'elenco tenuto dall'O.A.M. al numero A7678. Salvo approvazione di Futuro Spa e Assicurazione, stipulata da Futuro Spa, obbligatoria per legge. Sul nostro sito internet [www.assifinitalia.it](http://www.assifinitalia.it) si può consultare l'avviso "10 consigli utili per evitare scivoloni nella scelta di un finanziamento".

## In Sicilia il volontariato si difende bene

**L**e associazioni di volontariato, afferenti alla legge regionale 22/94, sono 2.200 distribuite per le 9 province che comprendono quasi 132mila soci e oltre 23mila volontari. Le domande che, spesso, emergono sono varie quali di cosa si occupano, da chi e come sono gestite, quale ruolo hanno nella società, ecc.. Tuttavia, gran parte di questa componente importante della società è sconosciuta ai più, così come non si conosce il valore reale che queste associazioni possiedono. Perciò, i Centri di Servizio per il Volontariato della Sicilia (Cesvop Palermo, Cesv Messina, CSVe Catania), in collaborazione con il Co.Ge. Sicilia, hanno promosso un'indagine conoscitiva. La ricerca è stata condotta tra il 2014 e il 2015 sotto la supervisione di un Comitato tecnico-scientifico composto da nove componenti (due del Co.Ge. e due

per ognuno dei tre CSV, più un esperto) che è stata presentata, di recente, a Palermo. Dopo che l'indagine si svolta in due fasi, i risultati emersi sono sorprendenti. Infatti, le 1168 O.d.V. che hanno risposto, 463 organizzazioni sono pertinenti al C.S.V. di Palermo, 88 al C.S.V. di Messina e 583 al C.S.V. di Catania. Queste associazioni sono impegnate in 2.843 settori di attività segnalati, pari a circa 2,5 settori di attività per ciascuna organizzazione, mentre i settori prevalenti di attività sono l'Assistenza sociale e Protezione civile, la Cultura, sport e ricreazione e la Sanità. Preferibilmente, le associazioni operano a livello comunale e poche a un livello più ampio. L'80% delle OdV dichiarano di essere iscritte al Registro regionale delle organizzazioni di volontariato. Chi ha fruito dei servizi erogati dai CSV siciliani, ha riportato un livello

di soddisfazione molto elevato per tutte le sei categorie di servizio (logistici, di consulenza, formazione, progettazione sociale, promozione del volontariato, informazione e comunicazione).

Le organizzazioni, inoltre, mirano, con il contributo del CSV di riferimento, soprattutto al rafforzamento della loro autonomia economica e al maggiore coinvolgimento di giovani volontari. In termini di programmazione, le due esigenze più sentite sono quelle di incrementare il numero dei volontari a disposizione e di migliorare la qualità del servizio reso verso gli utenti al centro delle finalità delle stesse organizzazioni. L'età media dei presidenti delle associazioni è pari a 53 anni, la metà di essi è attivo nel mondo del volontariato almeno da 13 anni (un quinto di essi lo è da oltre 20 anni), ed è uomo nella maggior parte dei casi. Tuttavia,

anche le donne si difendono bene, poiché i presidenti femminili hanno un'età media attorno ai 52 anni.

Esse sono attive nel volontariato nella metà dei casi da almeno 10 anni e si contraddistinguono per la presenza di titoli di studio medio alti o superiori ai loro pari grado maschili.

Ciò diversifica anche il panorama degli interessi, poiché i presidenti donna delle organizzazioni sono attive nei settori tutela dei diritti e promozione politica, sviluppo economico e coesione sociale, istruzione e ricerca e cultura, sport e ricreazione.

Al contrario, i presidenti uomo sono più comuni nelle organizzazioni che si occupano di rappresentanza degli interessi, di protezione dell'ambiente degli animali e di assistenza sociale.

Francesco Sanfilippo

## Lavoratori con diabete, il conseguimento delle tutele è arduo



**P**arlare di tutele, oggi, sembra sempre più poco ortodosso nell'era della precarietà stagnante. La necessità di un attimo di chiarezza, di capire e di comprendere che non è un tabù, ma che esistono tutele vere per una certa categoria di lavoratori con diabete. L'ex legge 68/99 rappresenta un grande vantaggio per i lavoratori con diabete senza grosse

complicanze, perché un'azienda ha tutto l'interesse ad assumere una persona che sia "meno invalida possibile" in modo da ottenere il massimo della produttività! Perché, dunque, non farsi riconoscere invalidità? Non possono certo escluderci, anche se invalidi! La legge 115/1987 stabilisce, infatti, il divieto di qualsiasi discriminazione nei nostri riguardi nell'accesso ai posti di

lavoro sia privati che nel pubblico. Il lavoratore con diabete con invalidità superiore al 33%, secondo accertamento Inail, gli viene garantito un occhio di riguardo anche nel caso di licenziamento. Questo provvedimento decade immediatamente anche con giustificato motivo oggettivo, sempre che il lavoratore sia occupato in maniera definitiva, diabeticamente parlando. Oggi, il lavoro non è cambiato, si lavora come una volta forse si fa in maniera diversa quasi in modo più spensierato forse perché non riusciamo a vedere un domani. Tuttavia, "meglio essere ottimisti ed avere torto, che pessimisti ed avere ragione" diceva un famoso scienziato. Quindi, spero sempre

che le associazioni varie e chi, di dovere, si sveglino per far sì che ci restituisca la libertà di scegliere. Oggi, senza alternativa, non si è liberi, noi che non ci arrendiamo all'essere prigionieri di un'industria farmaceutica, ma continuiamo a sperare ad una cura definitiva, il profumo della libertà lo sentiamo continuamente. Ognuno di noi, ne ha personalizzato il gusto, il mio sa di legna bruciata che esce dai camini delle case di montagna nelle fredde giornate d'inverno, dove il sole splende ed il cielo è azzurro come il cerchio che ci rappresenta tutti insieme per un'unica lotta, quella al diabete.

Damiano Iulio

**TRM**  
*mattino*

Sito web: [www.trmweb.it](http://www.trmweb.it)

Seguici ogni mercoledì dalle 07:30 alle 08:00 su TRM in diretta Televisiva

**nell'attesa...**

Settimanale d'informazione Socio-Sanitaria dell'ANIO Onlus

Per avere il nostro settimanale nella tua sala d'attesa inoltra un'email a: [abbonamenti@nellattesa.it](mailto:abbonamenti@nellattesa.it) o invia un sms al 338.9432410 indicando i tuoi dati

## Alimentazione sana ed equilibrata senza restrizioni

**P**er la maggior parte delle persone il termine "corretta alimentazione" o "dieta" è associato in maniera irreversibile alla parola "restrizione". È possibile appagare i propri sensi e nel contempo non essere sopraffatti dai sensi di colpa? Si può mangiare sano e con gusto? Si è possibile! Un'alimentazione varia ed equilibrata è alla base di una vita in salute. Un'alimentazione inadeguata, infatti, oltre a incidere sul benessere psico-fisico, rappresenta uno dei principali fattori di rischio per l'insorgenza di numerose malattie croniche. Secondo l'Organizzazione mondiale della sanità, circa 1/3 delle malattie cardiovascolari e dei tumori potrebbe essere evitati grazie a un'equilibrata e sana alimentazione. L'organismo umano ha bisogno della giusta sinergia tra macronutrienti (carboidrati, proteine e grassi) e micronutrienti (vitamine e sali minerali), contenuti negli alimenti, in base al proprio fabbisogno energetico. Nessun alimento è in grado

di fornire, da solo, tutti i nutrienti di cui abbiamo bisogno, ecco perché, alla base di un'alimentazione equilibrata, deve esserci la varietà.

I punti cardine alla base di una sana alimentazione sono la consumazione regolare di alimenti di origine vegetale, con ampia varietà di verdure, di frutta e di legumi, nonché il mangiare almeno quattro porzioni al giorno di frutta e verdura. Occorre evitare, il più possibile, farine e zuccheri raffinati, preferendo farine integrali e cereali (orzo, avena, farro, grano saraceno e riso), e diminuire il consumo di alimenti zuccherini. Un consumo moderato di carne è positivo per ferro, proteine e vitamine del gruppo B ma, è un ossidante e aumenta il rischio di cancro. Perciò, va consumata sempre con frutta, verdura o qualche altro antiossidante, mentre carne rossa è più a rischio perché contiene più grassi saturi. È necessario consumare regolarmente il pesce, soprattutto quello azzurro, ricco di omega 3 ed eliminare l'utilizzo di grassi da condi-



mento (burro, margarina, salse), preferendo l'olio extravergine di oliva a crudo, ricco di omega 6. occorre, inoltre, eliminare l'utilizzo di cibi conservati e diminuire il sale, limitandosi ad un massimo di cinque grammi al giorno.

Le bevande alcoliche sono sconsigliate, mentre per chi fa uso abituale di vino si rac-

comanda di non superare due bicchieri al giorno per gli uomini e uno per le donne. Infine, è bene mantenere il peso-forma e non appesantirsi troppo, facendo regolare attività fisica e mantenersi attivi per tutta la vita.

**Dott.ssa Laura Napoli**  
Biologo Nutrizionista



**CENTRO DIAGNOSTICA  
PER IMMAGINI - RADIOLOGIA**  
GRUPPO TOSCANO  
CORSO ITALIA 158 - CARINI (PA)

**PRENOTA**

☎ 091 8668578

📞 331 7761508

✉ info@cediximm.it

**Convenzionato S.S.N.**

### I Nostri Servizi

RM ad Alto Campo (1,5 T - con grande apertura)  
RM - Risonanza Magnetica a "Campo Aperto"  
TC - Tomografia Computerizzata  
RM e TC con mezzo di contrasto  
Dentalscan cone-beam 3D  
RX - Radiologia Tradizionale  
Dexa - Moc (Densitometria Ossea)  
Ecotomografia ad ultrasuoni (ecografia)  
Ecocolor Doppler Artero-Venoso  
Diagnostica Senologica - Ginecologia  
Cardiologia - EcoCardiografia - Holter  
Neurologia - Test Cognitivi - Elettromiografia  
Pneumologia - Test Allergici - Spirometria  
Urologia - Ecografia prostatica e Transrettale  
Fisiatria e Ortopedia Sportiva  
Riabilitazione e Tecar Terapia

### Tecnologia e Professionalità al Servizio del Paziente



Centro Diagnostica per Immagini | Corso Italia, 158 - Carini (Pa) | [www.cediximm.it](http://www.cediximm.it)

# L'ansia da stress nell'anziano può provocare conseguenze sul suo organismo?

**A**lla vecchiaia si giunge dopo aver affrontato (e a volte non superato) difficoltà e problemi che si compendiano tutti in una sola parola: "Stress". Tale frase, tuttavia, è stata definita da alcuni "Il sale della vita" dato che è impensabile una vita senza cambiamenti, senza novità, senza rischi o problemi che costringono a reagire e ad adattarsi a sempre nuove situazioni. E' questo, inoltre, il significato della nota sindrome generale di adattamento, costante oggetto di ricerca a livello biologico e medico. Senza dilungarmi sulle varie teorie dell'invecchiamento, esso è da considerare un evento geneticamente programmato per ciascun individuo, quindi imm modificabile nel complesso. È innegabile che al progressivo deterioramento cellulare, tissutale ed organico, contribuiscano largamente agenti esterni ambientali (radiazioni ionizzanti, inquinamento atmosferico, etc.), e derivati dall'attività lavorativa e quotidiana. Entrambi sono cause di tante

malattie, dall'aterosclerosi all'infarto miocardico, dagli incidenti vascolari ai gravi ictus cerebrali, etc. Nell'anziano, inoltre, si crea, col trascorrere del tempo, un instabile equilibrio che può facilmente rompersi in seguito a cause diverse. Alcune sono importanti (es. rottura del femore), altre sono apparentemente di scarsa entità (es. colpo d'aria che può causare una broncopolmonite) con conseguenze talvolta disastrose ed anche letali. Gli agenti stressanti possono intervenire nell'anziano anche attraverso un'azione sullo stato psichico, facilmente vulnerabile nel convulso divenire del quotidiano. Isolamento, emarginazione, ed a volte abbandono di figli e parenti, infatti,

costringono a vivere in una casa di riposo, o in un ospedale ove, spesso, è necessario l'intervento delle assistenti sociali per essere dimesso e portato a casa. Alla base di questa situazione si trovano molteplici fattori quali la perdita dell'attività lavorativa (pensionamento), il diminuito guadagno, la perdita del prestigio e del ruolo sociale derivante dal lavoro svolto.

L'incompatibilità di carattere e le incomprensioni tra gli anziani e le generazioni più giovani, inoltre, comportano oggi una frammentazione del nucleo familiare in contrapposizione alle famiglie patriarcali di una volta. In questo caso, infatti, l'anziano veniva estremamente rispettato e partecipava attivamente, con l'acquisita saggezza di vita,



Nel deterioramento del cervello invecchiato, infine, si ha una riduzione delle attività funzionali e manifestazioni d'insufficienza cerebrovascolare più lievi quali astenia, tensione, ansietà, depressione, labilità affettiva, perdita della memoria, etc. o più gravi come la demenza senile o aterosclerotica.

Nella sintomatologia dell'insufficienza cerebrovascolare aterosclerotica o nel disadattamento dell'anziano, si può, inoltre, fare rientrare varie

attuire misure preventive soprattutto nei riguardi degli aspetti sociali fortemente incidenti nell'età avanzata.

Quanta verità c'è nel seguente melanconico giudizio dato da un lungimirante autore: "La civiltà industriale mortifica l'uomo, ne sprema la fatica, e poi lo lascia senza risorse!".

Esistono all'estero e in Italia corsi di preparazione al pensionamento che illustrano quale sarà la situazione di ciascun individuo cessata l'attività lavorativa, ma che soprattutto

propongono attività ricreative e produttive.

Queste attività occupano il tempo libero, sia nell'ambito di quelle già svolte dal soggetto in passato, (come lavoro vero e proprio o come hobby), sia sotto forma di nuove proposte per venire incontro alle esigenze

di ciascun neopensionato. Sicuramente utile indirizzo riabilitativo contro ansia e depressione sono: un'attività intellettuale continuata fino a tarda età, (leggendo, confrontando e comprendendo il vecchio e il nuovo), frequentare l'università della terza età (ampliando le proprie conoscenze), impegnarsi in attività di volontariato sociale e, ove possibile, di consulenza. In questo caso, può tornare utile la propria esperienza lavorativa per informare le nuove generazioni), e, infine, credere in un ambizioso senso d'imperitura utilizzazione e trasmissibilità della propria esistenza terrena.

**Dott. Gaetano Giardina**  
Dirigente Chirurgo Emerito

**A.N.I.O.**, Associazione Nazionale per le Infezioni Ossee  
Dal 2000 a fianco del cittadino, ogni giorno offre assistenza e supporto in tutta Italia per i malati affetti da osteomielite.  
Più di 110.000 cittadini hanno ricevuto il nostro sostegno.  
Il nostro lavoro ha ridato la speranza a tanti che si erano rassegnati.  
Lottiamo ogni giorno per preservare la vita e la dignità di un malato d'infezioni ossee, aiutaci a restare vicino a loro.

**Ogni piccolo gesto di solidarietà NON è banale, per un malato è vita!**

**5<sup>1000</sup>X** Firma anche tu   
Codice fiscale **97165330826**

**www.anio.it**  
Numero Verde **800 688 400**

**A.N.I.O. O.N.L.U.S.**  
Associazione Nazionale per le Infezioni Ossee Articolari



alla vita della comunità che si giovava molto dei suoi consigli.

La difficoltà di adattamento porta, dunque, l'anziano al disadattamento con la conseguente incapacità di inserirsi nella vita quotidiana, nella vita familiare o, peggio ancora, nella vita comunitaria di una casa di riposo o di un ospedale.

Al disadattamento, inoltre, contribuisce anche e soprattutto il deterioramento di un organo fondamentale nel mantenimento dell'equilibrio psicofisico: "il cervello".

Nel cervello senile, le conseguenze, rispetto agli altri organi, sono particolarmente rilevanti non potendosi le cellule nervose più rigenerare in seguito alla loro distruzione.

forme di neurosi caratteristiche dell'età avanzata come neurosi d'ansia, neurosi ossessive, fobiche, etc.

Vertigini, dispnea, coliche, riferiti disturbi cardiaci, perdita dell'appetito, rifiuto del cibo, epigastralgie, deperimento organico, devono nell'età senile e presenile esser attentamente analizzati.

Occorre far parlare il paziente prima di etichettarli come insufficienza respiratoria, stati anginosi, gastrite, colite, etc. potendo essi rientrare in intervenuti disturbi della sessualità (insoddisfazione sessuale, impotenza, etc.) o in manifestazioni psicosomatiche. In tutti questi quadri in cui stress e ansia costituiscono elementi essenziali è fondamentale sottolineare l'importanza di

**Concorso**  
**La Salute nel Piatto**



**Ricetta della Settimana**

Invia la tua Ricetta, la più votata consentirà al vincitore di partecipare alla serata di gala organizzata da ANIO, Insieme ai grandi nomi della cucina italiana

Sito: [www.nellattesa.it](http://www.nellattesa.it) - email: [salutenelpiatto@nellattesa.it](mailto:salutenelpiatto@nellattesa.it)

## Risotto alle vongole con salsa al limone



### Ingredienti per 4 persone:

400 grammi di riso  
800 grammi di vongole veraci  
1 scalogno  
2 l di fumetto di pesce  
3 limoni  
1 spicchio d'aglio  
1 bicchiere di vino bianco  
1 noce di burro  
1 cucchiaino di malto di riso  
Timo fresco q.b.  
Sale, pepe ed olio e.v.o. q.b.

### Procedimento:

Prima di cominciare a preparare, è bene controllare le vongole. Se hanno il guscio rotto o sbattendole su di un piano vediamo uscire abbondante sabbia nera, scartiamole. Adesso laviamole sotto l'acqua corrente, dentro uno scolapasta, fin quando non smetteranno di buttare sabbia e l'acqua risulterà pulita. Fatto ciò possiamo cominciare con la preparazione del risotto.

In un saltapasta mettiamo due cucchiari d'olio e l'aglio spellato e schiacciato. Facciamolo rosolare a fiamma dolce e togliamolo appena fatto. Mettiamo le vongole, alziamo la fiamma al massimo e sfumiamo con mezzo bicchiere di vino quindi copriamole con un coperchio e facciamo cuocere il tempo necessario affinché si aprano tutte. Appena pronte, quindi, scoliamo e teniamo da parte l'acqua di cottura filtrata.

Nello stesso saltapasta dove

abbiamo preparato le vongole, prepariamo il riso.

Mettiamo lo scalogno tritato finemente ad appassire, a fiamma dolce, con un cucchiaino d'olio. Appena pronto, tostiamo il riso.

Sfumiamo adesso col vino rimasto.

Appena l'alcool sarà evaporato, iniziamo a versare il fumetto e l'acqua di cottura delle vongole, poco alla volta fino al termine della cottura. Iniziamo a preparare la salsa d'accompagnamento. Spremiamo i limoni e ricaviamone il succo, filtriamolo e mettiamo, unitamente al malto di riso, sul fuoco a fiamma media e facciamolo ridurre.

Appena il nostro risotto sarà cotto, spegniamo il fuoco ed aggiungiamo le vongole sgucciate avendo cura di tenerne qualcuna da parte col guscio per la decorazione finale. Amalgamiamo quindi aggiungiamo il timo ed aggiustiamo di sale e pepe.

Mantechiamo adesso col burro e con olio a filo fino a quando il nostro risotto non avrà una consistenza cremosa.

Appena il succo di limone si sarà ridotto della metà, spegniamo la fiamma ed aggiungiamo l'olio a filo emulsionando la salsa fino a raggiungere la consistenza desiderata. Siamo pronti per impiattare.

**Autore: CasaCostantino**

Solo fino al 15 Febbraio Affrettati!



# Chi ti Cura?

Sei un medico? un professionista? Quanti nella tua città sanno dove e come trovarti? Esci dall'anonimato! Promuovi il tuo studio su nell'attesa... il settimanale socio-sanitario più letto... Un Omaggio alla tua professionalità con soli 100€ Contattaci su [direzionecommerciale@nellattesa.it](mailto:direzionecommerciale@nellattesa.it)



### 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

### ANDROLOGIA - UROLOGIA

#### DOTT. EMILIO ITALIANO

Specialista in Urologia e Andrologia. Consulente Sessuologo. Riceve a Palermo in via F.Paolo di Blasi 35. Sito Web: [www.emilioitaliano.it](http://www.emilioitaliano.it) [emiliano@gmail.com](mailto:emiliano@gmail.com). Per prenotazioni, telefonare ai numeri 091 346563 cell. 338 8546604

### FISIATRIA

#### DOTT.SSA BARBARA SCHEMBRI

Medico Fisiatra, Osteopata, Omeotossicologia. Riceve per appuntamento Cell. 3405269019 Email: [drbarbaraschembri@gmail.com](mailto:drbarbaraschembri@gmail.com) Studio medico zona Via Libertà

### GASTROENTEROLOGIA

#### DOTT. SERGIO PERALTA

Dirigente Medico U.O. di Gastro-enterologia ed Epatologia. Responsabile U.O.S. di Endoscopia Digestiva Policlinico, Piazza delle Cliniche, 2 Palermo. Mob. 338 6963040 e-mail: [peralta.sergio@yahoo.it](mailto:peralta.sergio@yahoo.it) [www.gastroenterologiaperalta.it](http://www.gastroenterologiaperalta.it)

### NEUROLOGIA

#### DOTT. MARCELLO ROMANO

Neurofisiopatologo. Az. Osp.Riuniti Villa Sofia Cervello, Studio di neurologia ed elettromiografico. Riceve per appuntamento in via E. Notarbartolo, 38 Palermo Tel. 0916259811 - Cell. 3491467337 Email: [mc.romano1958@gmail.com](mailto:mc.romano1958@gmail.com)

### PSICOLOGIA

#### DOTT.SSA CATERINA D'ANNA

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



nell'attesa...

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

### Comitato Scientifico:

Dir. Scientifico: **Girolamo Calsabianca** Segretario Nazionale ANIO Onlus - [girolamo.calsabianca@alice.it](mailto:girolamo.calsabianca@alice.it)

Dr. **Dario Bellomo** Medico Specialista ASP di Asti

Prof. **Giorgio Maria Calori** Prof. Univ. Milano Dir. COR Gaetano Pini (MI)

Prof.ssa **Carla Giordano** Resp. UOC di Endocrinologia Policlinico (Pa)

Dr. **Emilio Italiano** Andrologo Osp. riuniti Villa Sofia Cervello

Dr. **Tommaso Mannone** Risk Manager A. O. Villa Sofia-Cervello (Pa)

Dr. **Sergio Salomone** Pres. Associazione A.S.S.O.

Dr. **Angela Provenzano** Resp. Centro Officine di Ippocrate A. O. Villa Sofia-Cervello (Pa)

Dr. **Alessandro Scorsone** Diabetologo, Asp 6 Ospedale Civico di Partinico

Prof. **Alberto Firenze** - Dir. dell'Internazionalizzazione del Policlinico di Palermo e Direttore dell'ERSU

Dr. **Gabriele Viani**, Medico Specialista in Radiologia

Dr. **Benedetto Alabastro**, Consulente ANIO per il diabete

A.N.I.O. Numero Verde: 800 688 400 (chiamata gratuita)

Sito web: [www.anio.it](http://www.anio.it)

Pagina Ufficiale ANIO Facebook: [www.facebook.com/anioinforma](http://www.facebook.com/anioinforma)

nell'attesa... Edito da: **Phoenix di Simona Lo Biondo**

Direttore Responsabile: **Francesco Sanfilippo** - direttore@nellattesa.it

Divisione Commerciale e Grafica: **Andrea Ganci** - [direzionecommerciale@nellattesa.it](mailto:direzionecommerciale@nellattesa.it)

Stampa: **Pitti Grafica** via Pelligra, 6 (Pa)

Redazione: **Andrea Ganci** - e-mail: [redazione@nellattesa.it](mailto:redazione@nellattesa.it)

Sito web: [www.nellattesa.it](http://www.nellattesa.it)

Pagina Ufficiale Nell'attesa...: <https://www.facebook.com/nellattesa>

Per abbonarsi al giornale: Inviare una email a: [abbonamenti@nellattesa.it](mailto:abbonamenti@nellattesa.it)

Per la vostra pubblicità: Cell. 3389432410 | [redazione@nellattesa.it](mailto:redazione@nellattesa.it)

Le informazioni pubblicate da "nell'Attesa..." non sostituiscono in alcun modo i consigli, il parere, la visita, la prescrizione del medico.



Associazione Nazionale per le  
Infezioni Osteo-Articolari

**SEDE NAZIONALE:**

Via Altofonte Malpasso, 453/R  
90126 Palermo

**SEDE OPERATIVA:**

Via Ninni Cassarà, 2  
90146 Palermo

presso:

Cto Ospedali Riuniti Villa Sofia  
Cervello - Piano Terra

**Numero Verde:** 800.688.400

**Sito web:** www.anio.it

**email:** info@anio.it

**Codice Fiscale:** 97165330826

## A.N.I.O. Onlus,

### Associazione Nazionale per le Infezioni Osteo-Articolari

L'ANIO (Associazione Nazionale per le Infezioni Osteo-articolari) volge tutto il suo impegno al fine di dare una spalla forte e consapevole a quella fascia di cittadini disagiati da una complicanza ortopedica garantendo la presa in carico globale del paziente e della sua famiglia, fortificando lo spazio di ascolto, la promozione di un servizio d'informazione, supporto e orientamento ai servizi, assistenza socio-sanitaria (invalidità, legge 104, ricorsi e aggravamenti, contrassegni di circolazione auto ecc...). E' possibile sostenere le attività di ANIO versan-

do il proprio contributo su c/c 21641931 o iban sul c/c IT57F076010460000021641931.

Oppure destinando il proprio 5 per mille nella dichiarazione dei redditi (730, Unico, Cud) inserendo il codice fiscale 97165330826 nel riquadro "Sostegno del volontariato" e organizzazioni non lucrative di utilità sociale".

**Unisciti a noi, dai una mano anche tu! Per un malato d' infezioni ossee ogni gesto di solidarietà non è banale è vita!**



## LE OFFICINE D'IPPOCRATE

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

**PRESIDIO OSPEDALIERO:**

Cto Ospedali Riuniti Villa  
Sofia Cervello

A.N.I.O. - O.N.L.U.S.

Tel. 091.7804219

email: ippocrate@anio.org

**PREMESSA.**

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 garantire percorsi di prevenzione, diagnosi e cura, al fine di ridurre e/o limitare l'insorgere di complicanze, ortopediche e posturali, mettendo in campo tutte quelle azioni di prevenzione concreta delle patologie dell'apparato muscolo-scheletrico.

**DA CHI E A CHI E' EROGATO  
IL SERVIZIO**

Il servizio è erogato dalla Azienda ospedaliera *Ospedali Riuniti Villa Sofia Cervello*

con medici e tecnici strutturati in cooperazione con un Team di medici e specialisti messi a disposizione dall'associazione A.N.I.O.

Soggetti in Età Evolutiva (soggetti con patologie degenerative dell'apparato muscolo scheletrico - osteoporosi - malati cronici);

Diabetici cronici;

Donne over 50;

Soggetti Disabili e da tutti coloro che hanno un'indicazione prescrittiva di uno specialista.

**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 comprende:

**Baropodometro Elettronico**

Piattaforma di rilevazione per lo studio delle pressioni plantari ed eventuali asimmetrie da fermo (esame statico), l'analisi del gesto motorio durante la deambulazione (esame dinamico) e la valutazione delle oscillazioni del corpo nello spazio (esame stabilometrico), con e senza svincolo.

Di seguito le indicazioni ministeriali per prenotare:

**PRESTAZIONE:**

**Test Posturografico**

**CODICE MINISTERIALE:** 93054

**QUANTITA':** 2

**PRESTAZIONE:**

**Test Stabilometrico Statico e Dinamico**

**CODICE MINISTERIALE:** 93055

**Quantità:** 2

**Podoscanner**

(Podoscopia digitale)

Permette di rilevare le impronte dei piedi sotto carico e analizzare la lunghezza.

**Formetric**

Consente di effettuare una rapida ed estesa scansione ottica **non invasiva** del rachide, con possibilità di rappresentare graficamente numerose problematiche di natura clinica inerenti l'analisi obiettiva e quantitativa della statica corporea e della postura.

Di seguito le indicazioni ministeriali per prenotare:

**PRESTAZIONE:**

**Test Posturografico**

**CODICE MINISTERIALE:** 93054

**QUANTITA':** 4

**Densitometria DEXA**

Il sistema consente di calcolare la densità ossea.

Indicazioni ministeriali per prenotare:

Densitometria Ossea con Tecnica di assorbimento a raggi X:

**- LOMBARE:**

**CODICE MINISTERIALE:** 88992A

**QUANTITA':** 1

**- FEMORALE:**

**CODICE MINISTERIALE:** 88992B

**QUANTITA':** 1

**- ULTRADISTALE:**

**CODICE MINISTERIALE:** 88992C

**QUANTITA':** 1

**- TOTALBODY**

**CODICE MINISTERIALE:** 88993

**QUANTITA':** 1

## La Carta Servizi

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

**VISITE**

**Odontoiatrica - Gnatologica**

Fisiologia, patologia e disfunzioni dell'articolazione temporomandibolare-ATM.

(Dott.ssa A. Provenzano)

**Fisiatrica Posturale**

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

(Dott.ssa B. Schembri)

**Ortopedica**

Diagnosi e cura dell'osteoporosi. (Dott. V. Badagliacca)

**Diabetologia**

Prevenzione diagnosi e cura del diabete. (Dott. V. Schirò)

**PRENOTAZIONI VISITE**

Gli utenti potranno accedere al servizio, muniti di richiesta del medico curante, chiamando il CUP Villa Sofia Cervello

**800.178.060**  
o al numero diretto dell'ANIO:

**091 7804219**  
o tramite mail inviandoci la richiesta al seguente indirizzo:

**ippocrate@anio.org;**

