

La cura, "desiderio e speranza"



dell'ammalato
nella società contemporanea

Sanità

Che vuol dire fare
associazionismo oggi?
pag.3

Sanità

Addio vecchia ricetta,
dal 1° marzo arriva
quell'elettronica
pag.4

Salute e Benessere

Alimentazione sana ed
equilibrata: i cibi che ci
proteggono dal
cancro
pag.5

Sanità

L'8 marzo al
Dipartimento Materno
Infantile del Policlinico
Una Giornata della
donna con visite
gratuite e incontri
pag.6

Sociale

Lo Stato aiuterà le
famiglie indigenti di
quattro membri
pag.6

www.nellattesa.it

La cura di noi stessi, spesso, è sacrificata da situazioni ed eventi che appaiono importanti nella nostra vita quotidiana, ma in realtà non è così. Molte delle nostre preoccupazioni sono futili e non c'è problema che non possa essere superato. Però, non sempre riusciamo a concentrarci e a rispondere razionalmente, trovando soluzioni adeguate ed immediate al problema che ci si presenta. L'avvento di una malattia rientra in questa casistica, poiché la patologia che colpisce i nostri cari, induce paura, impotenza e sconvolgimento che non possono essere affrontate con efficacia. La cura, quindi, non è un evento semplicemente medico, ma assume una dimensione che va oltre l'aspetto clinico, poiché curarsi significa ascoltarsi, mentre l'incapacità di prendersi cura di se stessi genera sempre sentimenti negativi per tutti.

pag. 2



La cura, "desiderio e speranza" dell'ammalato nella società contemporanea

Dobbiamo addentrarci in modo più specifico verso l'idea di "cura" che sostiene il nostro ruolo e orienta le nostre azioni nella quotidianità. La "cura" consiste in molteplici attività finalizzate a sostenere il benessere, queste vengono espletate non per il soggetto o sul soggetto interlocutore, ma con lui, suscitando la partecipazione attiva a quest'azione, verso un obiettivo di benessere condiviso. Questa centralità della compartecipazione emerge con estrema consapevolezza nelle definizioni proposte. L'idea di "cura" si lega a un lavoro di vicinanza e di ascolto della persona e di coloro che gli stanno accanto, delle loro difficoltà, ma soprattutto delle possibili potenzialità di recupero. Prendersi cura vuol dire ascoltare, "un ascolto partecipe". Prendersi cura è cercare di guidare la persona ammalata verso una riscoperta delle parti buone, cioè "quelle sane" del suo corpo. Prendersi cura è rendere la persona "consapevole e felice per le cose che riesce a fare e non infelice per quelle in cui non riesce". Prendersi cura significa cercare di capire e sostenere quello che loro vogliono, a prescindere dalla famiglia, sostenere e filtrare le loro aspettative: un po' come nella commedia dell'arte ove si cambia maschera a seconda della necessità". Prendersi cura significa prendere in considerazione la persona nella sua globalità e lavorare sulla malattia per riuscire a reinserirla all'interno della società". Prendersi cura dell'utente significa essere capaci ad accompagnarlo, nel migliore modo possibile, verso il mondo esterno affinché lui possa sentirsi a suo agio. Significa "far avvicinare la società alla diversità, in quan-

to il benessere individuale rappresenta un bene sociale. L'incapacità di prendersi cura di se stessi genera sempre, non solo ansia e fatica personale, ma paura e insicurezza a livello collettivo. In questo senso, il ruolo educativo degli operatori sanitari ha, tra le sue funzioni principali, quella di sviluppare collegamenti e comunicazioni. L'operatore, quindi, ha un ruolo centrale, quello di mediatore fra la persona ammalata e il mondo. Quando si pensa all'ammalato, la sensazione è quella di un estremo isolamento intorno a lui. Si percepisce una sorta di barriera nei confronti di tutto, ma con il nostro impegno vedo la possibilità di farli uscire da questo isolamento e aprirli alla collettività. Gli operatori devono essere capaci di stare in equilibrio fra le diverse domande e aspettative provenienti da utenti, famiglia, servizi e società. Così, trova la specificità del proprio intervento che si può definire come accompagnamento leggero e costante affinché la persona ammalata venga riconosciuta, a livello sociale, per le sue parti capaci. Il sostegno a un benessere possibile passa attraverso l'instaurarsi di una relazione che aiuti la persona ammalata ad entrare in rapporto con le sue potenzialità partendo da "ciò che è". La possibilità di un cambiamento nasce da un nostro atteggiamento ri-educativo disponibile ad entrare anche in punta di piedi nel mondo dell'altro, accettando senza preconcetti la situazione personale e familiare dell'utente che è il dato di partenza, spesso duro, con cui ci confrontiamo. La pesantezza delle situazioni con cui ci si confronta fa sì che il senso della cura che si presta lo si ritrovi anche nelle possibilità di alleggerire "questo



peso", questo chiama direttamente in causa il rapporto con la famiglia. Noi operatori sanitari rappresentiamo "la valvola di sfogo per familiari dell'utente che seguiamo". La famiglia non è mai una variabile neutra, può diventare una risorsa positiva con la funzione di supporto per questo percorso assistenziale, o elemento ibrido che giocando in difesa, incapace di attivarsi come presenza collaborativa. Nell'ambito delle professioni di aiuto e cura, come la nostra, il coinvolgimento relazionale è senza dubbio importante. Diventa essenziale quindi, poter contare su di un gruppo di riferimento che, in modi e tempi diversi a seconda delle scelte organizzative, appoggi gli interventi praticati attraverso la condivisione, lo scambio informativo ed eventuale rielaborazione delle strategie di intervento. Quando questo avviene c'è di sicuro un ri-

scontro positivo da parte degli operatori e il riconoscimento del proprio valore e della propria funzione. Siamo comunque ancora davvero lontani da quell'idea di "essere insieme" per l'ammalato, da quell'alleanza fiduciosa che è alla base di una presa in carico condivisa e percepita da tutte le parti come utile e positiva.

Il nostro lavoro può essere o dovrebbe essere vissuto come un'opportunità di crescita reciproca.

La qualità del nostro operato si innalza se inserita in un circuito di scambio dove chi "aiuta" riceve gratitudine e apprezzamento.

Comunque, aspetto positivo più grande è "L'opportunità di fare il lavoro che faccio".

Dott.ssa Meli Giovanna
Dott.ssa in Infermieristica
presso Ospedali Riuniti
Villa Sofia-Cervello
Reperto Pneumologia II

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

NESSUNA SPESA DI TRATTAMENTO

TEMPI ESTREMAMENTE RIDOTTI

WWW.INAP.IT

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

Che vuol dire fare **associazionismo** oggi?

Che vuol dire far parte di un'associazione, oggi, in un mondo dove prevale l'individualismo fine a se stesso? È una bella domanda che va a colpire il cuore della crisi esistenziale che attanaglia l'associazionismo moderno. Fare associazione in passato voleva dire votarsi ad una causa come la risoluzione di un bisogno, il soddisfacimento di un interesse collettivo, la salvezza delle anime o la difesa di una cultura nei suoi molteplici aspetti. Tutto questo, oggi, ha perso validità? No, senza dubbio, anzi la difesa di questi aspetti è ancor più necessaria. Tuttavia, la società nella quale queste istanze sono nate, è mutata e non in meglio. Tecnologicamente, oggi, disponiamo di strumenti fantastici da far invidia a Jules Verne come gli smartphone, ma a livello umano e culturale non stiamo migliorando, anzi gli spazi di libertà e di critica costruttiva tendono a ridursi sempre più. La colpa delle classi dirigenti (Istituzioni pubbliche e private), è di aver dato per scontato e acquisito a titolo

definitivo un certo modello di società, illudendo tutti della sua perpetuità. Tutto ciò ci ha portato ad una crisi di valori e di sicurezza, aprendo ampi spazi a speculatori di varia natura, sia grandi sia piccoli. La vittima ultima di questo contesto è il comune cittadino e ancor più i giovani che come spugne assorbono le particelle cancerogene della società, trasformandoli in soggetti disperati. Il processo è pernicioso, perché considerandolo sempre un incapace e privandolo del diritto di sbagliare, non lo si fa maturare mai, fragilizzando i rapporti con la famiglia e con la società. Prevalle l'egoismo senza costrutto, l'opportunismo fine a se stesso e il vivere alla giornata, senza mai pianificare il proprio futuro. A questo si aggiungono la presenza sempre più massiva di culture estranee a quella occidentale e la mancata difesa delle proprie peculiarità culturali dovute ad un errato senso di colpa appartenente a ideologie fallite che non aiuta a chiarire il vero quadro dei bisogni della popolazione. Tutto ciò rende la società meno si-



cura che, a sua volta, richiede l'uso di strumenti tecnologici invasivi che limitano gli spazi della propria libertà personale e che sono nelle mani di cui si ha poco o nessun controllo. La difesa dei diritti dov'è in tutto questo? I diritti senza i doveri sono deboli, perché portano a pretendere, ma non a costruire, rendendo il richiedente un soggetto con mediocre capacità di contrattazione e ricattabile. Va di moda, in questo contesto, il discarico delle responsabilità, dove nessuno si prende colpe e scarica al prossimo in un gioco che funziona finché si trova il capro espiatorio. Tuttavia, questa politica fallisce quando tutti gli attori sono talmente bravi da non diventarlo. A questo punto,

nessuno è colpevole di misfatti, ma, in realtà, lo sono tutti, in un quadro di complicità che fa perdere tutta la società. I margini di lotta non mancano, dunque, purché le classi dirigenti non contribuiscano a questa situazione. Qui, in effetti, sorgono i problemi, in particolare quando sono proprio le stesse classi dirigenti a promuovere o ad accettare questo disordine, nell'illusione di cavarsela sempre e comunque. Le associazioni non sfuggono a queste realtà, divenendone talvolta preda e perdendo quella neutralità e quella credibilità che pure costituiscono due dei loro punti di forza.

Francesco Sanfilippo

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.p.A.
AGENTE IN ATTIVITÀ FINANZIARIA

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 si può consultare l'avviso "10 consigli utili per evitare scivoloni nella scelta di un finanziamento".

Addio vecchia ricetta, dal 1° marzo arriva quell'elettronica

Addio ricetta cartacea, dal 1 marzo sarà a regime nuova ricetta elettronica nazionale. Martedì le farmacie dovrebbero essere nelle condizioni di calcolare ticket e regime di esenzione vigente nella Regione di provenienza del cittadino. Per prescrivere un farmaco, un accertamento o una visita, il medico si collegherà a un sistema informatico, lo stesso visibile al farmacista che ci consegnerà pillole o sciroppi. Ma ricetta elettronica non è ancora sinonimo di abolizione della carta, spiega una nota informativa della Federazione dei medici di medicina generale (Fimmg), in cui si elencano i vantaggi ma anche gli svantaggi della novità. Per ora, infatti, riceveremo dal dottore un piccolo promemoria da consegnare al bancone della farmacia, che permetterà di recuperare la nostra prescrizione anche in caso di malfunzionamenti del sistema o assenza di linea Internet. Ma quando il sistema andrà definitivamente a regime anche questo foglietto sparirà. "Dietro i vantaggi della dematerializzazione si cela un rovescio della medaglia", avverte il segretario nazionale della Fimmg, Giacomo Milillo. "Qualcuno ha confuso gli studi medici con quelli dei Caf, vista la mole di dati anagrafici, codici di esenzione dai ticket, adesso anche quelli di erogabilità e appropriatezza e quant'altro dovremo verificare". "E in più - spiega - il medico non potrà più contare

sul supporto dell'assistente di studio nella velocizzazione delle procedure di ricettazione, e ci saranno complicazioni anche nelle procedure di coinvolgimento del sostituto medico che per il momento salvo eccezioni (Campania) dovrà continuare ad utilizzare la ricetta rossa. In conseguenza di ciò il rischio è che tutti gli oneri ricadranno sul titolare, con un aggravio di lavoro che significa tempo tolto alle visite e attese più lunghe per gli assistiti", rimarca Milillo che chiede "una semplificazione delle procedure, ancora possibile". Tra i vantaggi della ricetta elettronica il risparmio sulla stampa e distribuzione delle vecchie ricette rosse e il controllo sulla falsificazione delle ricette stesse o sugli abusi conseguenti il furto dei ricettari. Ma come funziona, nel concreto, il nuovo sistema? I dottori, per effettuare una prescrizione, si connettono dal proprio pc a un apposito portale: compilando la ricetta sullo schermo, identica a quella cartacea, un Nre (Numero ricetta elettronica) sarà associato al codice fiscale del paziente, aggiungendo in automatico anche eventuali esenzioni. Il sistema stampa quindi il promemoria, con il quale andare in farmacia: con i dati presenti, attraverso i codici a barre stampati sul piccolo foglio A5, il farmacista recupera la prescrizione direttamente on-line e consegna la medicina. Ci vorrà ancora tempo perché sparisca anche la vecchia 'fustella' da attac-



care nei riquadri rossi, poiché anche se i codici della confezione sono inseriti direttamente sul computer ancora, non è stato possibile determinare un meccanismo che annulli il valore della fustella rispetto alla necessità di identificare e distinguere i farmaci erogati a carico del Ssn da quelli che anche se erogabili vengono invece pagati direttamente dal cittadino. Il procedimento nei prossimi mesi si diffonderà anche per la prescrizione di esami e visite specialistiche, visto che la ricetta elettronica sarà accettata anche da cliniche, ambulatori e ospedali. In questa prima fase di avvio, fino a fine 2017, sono però ancora esclusi dal nuovo metodo solo alcuni farmaci come gli stupefacenti, l'ossigeno, le prescrizioni per erogazione diretta in continuità assistenziale, i farmaci con piano terapeutico Aifa. La ricetta elettronica, in compenso, vale in tutte le farmacie del territorio nazio-

nale, sia pubbliche che convenzionate.

Questo significa che i farmaci potranno essere ritirati anche fuori dalla regione di residenza. Una piccola rivoluzione, soprattutto per chi viaggia spesso o lavora lontano da casa, poiché fino ad oggi una ricetta di un medico sardo, ad esempio, non valeva oltre il Tirreno, e chi si trovava fuori casa era obbligato a pagare il medicinale per intero.

Solo alcune Regioni avevano previsto un sistema di rimborsi, per cui però erano necessari permessi speciali e lunghi tempi di attesa. Ora, grazie al sistema tessera sanitaria, le farmacie potranno applicare il ticket della regione di residenza dell'assistito: starà poi alle stesse Regioni scambiarsi le informazioni sui medicinali prescritti e, quindi, procedere ai relativi rimborsi compensativi.

AdnKronos

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!



Firma anche tu 
Codice fiscale
97165330826



www.anio.it

Numero Verde

800 688 400

Alimentazione sana ed equilibrata: i cibi che ci proteggono dal cancro.

Il cancro è una malattia genetica ad eziologia multifattoriale risultante dall'interazione tra fattori genetici e fattori ambientali quali: stile di vita scorretto e agenti inquinanti di tipo chimico, fisico e biologico. Numerosi studi indicano che una gran parte dei tumori si sviluppa in seguito all'esposizione a fattori di rischio ambientali, in particolare a causa di abitudini dietetiche errate. Secondo l'American Institute for Cancer Research (AICR), oltre il 30% dei tumori è direttamente riconducibile all'alimentazione, intesa sia in termini quantitativi (eccesso calorico, associato ad una scarsa attività fisica) che qualitativi. Ciò significa che una larga percentuale dei tumori potrebbe essere prevenuta con una dieta corretta ed una scelta mirata e ragionata degli alimenti. Negli ultimi anni si è parlato molto di alimenti "anticancro", cioè alimenti che contengono sostanze in grado di contrastare la crescita delle cellule maligne o sostanze che aiutano a rinforzare il nostro sistema immunitario a com-

battere meglio la malattia. Impariamo a conoscerli ma soprattutto a non farli mancare nella nostra dieta:

- 1) le fibre migliorano il transito intestinale e diminuiscono la concentrazione di sostanze cancerogene in questo organo per cui prevengono la formazione di tumori al colon;
- 2) Carote, zucca, pomodori, patate dolci, spinaci, albicocche, tutti alimenti che contengono i carotenoidi. I carotenoidi possiedono la capacità di annientamento dei radicali liberi che danneggiano il DNA e sopprimono la proliferazione delle cellule maligne. Studi recenti confermano il loro ruolo nella riduzione di cancro al seno;
- 3) Cavoli, broccoli, cavoletti di Bruxelles, verza, crescione ecc contengono composti detti glucosinolati, che proteggono le cellule dai danni provocati dai cancerogeni e ostacolano lo sviluppo dei tumori; la loro azione preventiva riguarda il cancro alla vescica, al seno, al polmone, al colon-retto e alla prostata;
- 4) Arance e limoni contengono il limonene, sostanza in grado

- di stimolare le cellule del sistema immunitario a combattere il cancro. Le arance rosse sono quelle che contengono più antocianine, potenti antiossidanti. Hanno un'importante funzione preventiva, in quanto favoriscono la disintossicazione dell'organismo. Utili nel prevenire i tumori all'esofago e al fegato;
- 5) Bacche come il mirtillo, sambuco, lampone, fragola e tutti i frutti e ortaggi di colore rosso-viola sono ricchi di antociani, un gruppo di flavonoidi, potenti antiossidanti: neutralizzano i radicali liberi e le molecole ossidanti;
- 6) Recenti studi su diversi tipi di tumore hanno ottenuto risultati ottimi sulla sostanza ricavata dalla papaia, che sembra essere tossica per le cellule tumorali ma non per le cellule sane;
- 7) Estratti di alghe sono in grado di rallentare la crescita delle cellule cancerose, grazie alla presenza di fucoidano che induce la morte delle cellule maligne e fucoxantina, con funzioni simili ai carotenoidi;
- 8) L'aglio contiene composti solforati, allicina e allina ef-

- ficaci contro i tumori gastrici. La cipolla inoltre contiene polifenoli come la quercitina che contrastano gli effetti dei cancerogeni;
- 9) Spezie come la curcuma e lo zenzero contengono sostanze con potere antiossidante e antinfiammatorio;
- 10) Isoflavoni e lignani contenuti nella soia (anche nei fagioli e ceci). In particolare la genisteina, sembra interferisca con lo sviluppo dei tumori di base ormonale: seno e prostata;
- 11) Acidi grassi omega 3 e 6 contenuti nel pesce azzurro, noci fresche, semi di lino, olio di oliva, uova sono implicati nella riduzione dei tumori alla mammella, prostata e colon;
- 12) Vino rosso, tè verde, cacao sono ricchi di polifenoli, potenti antiossidanti in grado di contrastare la crescita tumorale. Facciamo il pieno di questi "potenti" alimenti e ricordate che alla base del benessere è fondamentale uno stile di vita sano: dieta equilibrata e buona attività fisica.

Dr.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

L'8 marzo al Dipartimento Materno Infantile del Policlinico

Una Giornata della donna con visite gratuite e incontri

Una Giornata della donna per la donna: Il Dipartimento Materno-Infantile del Policlinico di Palermo apre le porte dalle 8 alle 20, per visite gratuite e incontri dedicati ai temi della salute femminile, e non solo. Una giornata anche per i piccoli migranti, che potranno usufruire gratuitamente di visite e controlli. Quattro incontri aperti al pubblico, per affrontare temi delicati - con un linguaggio semplice ma con rigore scientifico - mirati ad infondere fiducia in quanti operano nel sistema sanitario e a fare acquisire l'importanza di accostarsi ad accertamenti preventivi. Renato Venezia, direttore dell'unità operativa di ostetricia e ginecologia del Policlinico Giaccone, promotore dell'iniziativa, racconta: "Sarà possibile effettuare gratuitamente, con l'assistenza di personale altamente qualificato, visite ginecologiche, ecografie transvaginali, Pap test, colposcopie, visite pediatriche per i bambini migranti, visite per la promozione dell'allattamento materno".

Le visite dovranno essere prenotate chiamando il numero 335 1669583, dalle ore 8 alle 20, fino ad esaurimento dei posti disponibili. La giornata si articola in incontri, dibattiti e libero accesso agli ambulatori con visite ed esami gratuiti. Ci saranno quattro sessioni in aula: accompagnamento alla nascita, la donna e la sessualità, prevenzione per la donna e il bambino, menopausa e prevenzione oncologica, ognuna delle quali sarà preceduta da una breve parte informativa seguita da un vero e proprio confronto tra specialisti e partecipanti. Testimonial di questa speciale Giornata della donna è la scrittrice Giuseppina Torregrossa, specialista in ginecologia, attenta narratrice dei temi al femminile. "Organizzare questa giornata informativa - conclude il prof. Renato Venezia - è per noi un vanto, essendo la nostra struttura altamente specializzata e particolarmente impegnata nell'aiutare e proteggere la salute delle donne".

Paola Nicita

A PORTE APERTE
Libere di scegliere
Palermo, 8 Marzo 2016
Dipartimento Materno Infantile
U.O.C. Ostetricia e Ginecologia
Policlinico "P. Giaccone"
Via A. Giordano, 3

Con la partecipazione straordinaria di:
Giuseppina Torregrossa (Ginecologa e Scrittrice)

Il dipartimento Materno Infantile *apre le porte* a tutte le Donne, offrendo incontri con gli specialisti, visite ed esami gratuiti.

Si possono effettuare:

- Colposcopia
- Pap Test
- Visita ginecologica
- Ecografia ginecologica
- Ecografia ostetrica
- Visite pediatriche per i bambini migranti
- Visite per la promozione dell'allattamento materno

COME PRENOTARE
Chiamare il 3351669583 dal Lunedì al Venerdì dalle ore 08.00 alle ore 20.00
Fino ad esaurimento della disponibilità

PATROCINI

IN COLLABORAZIONE CON

Lo Stato aiuterà le famiglie indigenti di quattro membri

Le difficoltà economiche delle famiglie hanno molte concause, ma una di queste è la scarsa attenzione che lo Stato sociale e i suoi architetti dedicano a quest'aspetto. L'attenzione è rivolta alle pensioni da sempre, cosa che ha distratto la nostra classe politica, che ha trovato un humus fertile in un edonismo autodistruttivo che ha reso più vulnerabili le famiglie. Il risultato è che il nostro Stato è in fortissimo deficit demografico che neanche la natalità degli immigrati riesce a compensare. Ciò ha contribuito al declino economico del Paese, poiché i giovani sono dei consumatori naturali, mentre gli anziani hanno poche esigenze di questo tipo. Seppur tardivamente e con molti distinguo, qualcosa si sta tentando di fare. Un recente decreto, infatti, favorisce le famiglie con un reddito inferiore, nell'ambito degli aiuti alle famiglie in

difficoltà economiche. Infatti, nella Gazzetta ufficiale, di recente, è apparso il decreto con il quale si determina l'ammontare massimo del beneficio a favore di tali nuclei familiari. Questi ultimi devono avere un numero di figli minori, pari o superiore a quattro, in possesso di una situazione economica corrispondente a un valore ISEE non superiore a 8.500,00 euro annui. La legge di stabilità del 2015 riconosce a siffatti nuclei familiari buoni per l'acquisto di beni e servizi a favore dei nuclei familiari. La medesima norma delega ad un successivo Decreto del Presidente del Consiglio dei ministri della Repubblica Italiana (acronimo D.P.C.M.) la descrizione dell'ammontare massimo complessivo del beneficio per nucleo familiare e l'approvazione delle disposizioni attuative della misura. Il beneficio prevede l'elargizione di un importo pari a 500 euro per nucleo familia-



re, ma potrà essere arricchito da un'ulteriore somma se le risorse disponibili (45 milioni di euro) non saranno interamente erogate in prima battuta a tutti gli aventi diritto che ne facciano richiesta. In realtà, questo meccanismo si rifà all'espedito già ben collaudato dell'assegno al nucleo familiare con tre figli minori. Grazie a questo meccanismo, i soggetti che hanno già presentato domanda per ottenere l'assegno per i tre figli minori, non dovranno presentare un'ulteriore istanza per chiedere il beneficio. Quest'ultimo sarà riconosciuto diretta-

mente dall'INPS al momento dell'erogazione dell'assegno attraverso la verifica della presenza nel Sistema informativo ISEE di una corrispondente DSU. Da quest'ultimo, dovrà risultare il valore ISEE non superiore a 8.500 euro ed un nucleo familiare con almeno quattro componenti di età inferiore a 18 anni. Si tratta di provvedimenti tampone, che non aiutano il quadro generale che meriterebbe una profonda revisione ideologica, non solo economica che pure è conseguenziale.

Francesco Sanfilippo

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 - email: salutenelpiatto@nellattesa.it

Vitello Tonnato della casa



Che estate sarebbe senza il **Vitello Tonnato?** Quindi perché non darvi la mia personale ricetta, per questo l'ho chiamato "della Casa", perché ci sono delle varianti rispetto alla ricetta tradizionale ed originale piemontese, infatti ometto le acciughe, utilizzo i fiori di capperi al naturale invece dei capperi ed aggiungo le olive verdi, preferisco utilizzare la maionese, seppur fatta in casa da me, al posto delle uova sode per via della consistenza.

Ingredienti per 4 vasetti:

- Magatello (o girello) di Vitello 700 g
- Carota 2
- Sedano 1 gambo
- Cipolla 1
- Aglione 2 spicchi
- Rosmarino 2 rametti
- Alloro 2 foglie
- Brodo vegetale 1 Lt. (io utilizzo il dado vegetale homemade)
- Vino Rosè ½ litro
- Pepe Nero 5 grani
- olio extravergine d'oliva 2 cucchiaini
- Sale 1 cucchiaino per la Salsa Tonnata:
- Maionese 150 g (se volete prepararla voi ecco la ricetta)
- Fior di Capperi 10
- Olive verdi 5
- Tonno all'olio di oliva 300 g
- Olio extravergine d'oliva 1 cucchiaino
- Brodo di cottura della carne 2 cucchiaini

Istruzioni:

Per prima cosa pulite e sgrassate il magatello di vitello,

lavate e mondate le verdure, pelate le carote, eliminate i filamenti al sedano, pelate l'aglio e eliminate la buccia dalla cipolla, quindi tagliate a metà tutte le verdure, tranne l'aglio che lascerete intero.

Preparate in un pentolino il brodo vegetale, io utilizzo il dado vegetale fatto da me e ne metto 2 cucchiaini in 1 litro d'acqua, quindi portate ad ebollizione e spegnete il fuoco. In una pentola ponete la carne, le verdure tagliate, gli spicchi d'aglio, il rosmarino, l'alloro ed i grani di pepe nero, aggiungete l'olio extravergine d'oliva ed il sale, unite il vino ed il brodo in modo che la carne e le verdure siano completamente coperte.

Lasciate cuocere il tutto a fiamma dolce per circa 1 ora e 30 minuti con il coperchio, a cottura ultimata, lasciate raffreddare la carne nel brodo. Mentre la carne si raffredda, preparate la salsa tonnata, ponete nel mixer il tonno sbriciolato, i fiori di capperi, le olive divise in due, la maionese, l'olio ed infine il brodo, frullate il tutto per qualche minuto, la salsa deve essere omogenea e morbida.

Una volta che la carne è ben fredda, posatela su di un tagliere e tagliatela a fettine sottili, disponetele sul piatto di portata e guarnitele con la salsa tonnata, decorate con qualche fior di capperi e servite. Potete conservare il vitello tonnato in frigorifero e consumarlo anche il giorno dopo.

Autore: Filippo Di Leonardo

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



ALLERGOLOGIA

DOCT. 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

GASTROENTEROLOGIA

DOCT. 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 www.gastroenterologiaperalta.it

ANDROLOGIA - UROLOGIA

DOCT. EMILIO ITALIANO

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

NEUROLOGIA

DOCT. 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

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 o invia un sms al 338.9432410 indicando i tuoi dati



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

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. Angelica 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

Pagina Ufficiale ANIO Facebook: 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

Stampa: Pitti Grafica via Pelligra, 6 (Pa)

Redazione: Andrea Ganci - e-mail: redazione@nellattesa.it

Sito web: www.nellattesa.it

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

Per abbonarsi al giornale: Inviare una email a: abbonamenti@nellattesa.it

Per la vostra pubblicità: Cell. 3389432410 | 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

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;



Associazione Nazionale per le
Infezioni Osteo-Articolari