



Mangiare a Natale, alcuni consigli

Il periodo natalizio comporta sempre un impegno notevole per la nostra dieta. Indubbiamente, è un periodo irripetibile per durata e disponibilità di cibo che facciamo. Però, uno scorretto uso degli alimenti come accade di norma in questo periodo, può comportare fastidi e prolungate fatiche per recuperare la forma fisica intaccata dalle abbondanti mangiate fatte. Tuttavia, seguendo alcune semplici regole di buon senso, possiamo evitare gli eccessi, conservando per lungo tempo le nostre passioni culinarie senza che il nostro corpo risenta dei capricci momentanei. Di seguito, sono stati riportati dei consigli per mantenerci in buona forma, senza dimenticare che si può usare la passeggiata per tenerci in buona salute.



ABADIR
DIPARTIMENTO DI ARTI VISIVE
CORSO DI DIPLOMA ACCADEMICO DI PRIMO LIVELLO IN PITTURA DAPL01



Piazza Platani, n. 3
San Martino delle Scale
90046 Palermo
Segreteria: 091.418022
fax: 091.3823128
Sito: www.abadir.it
info@abadir.it;
segreteria@abadir.it



ABADIR
ACCADEMIA
DI BELLE ARTI
E DI RESTAURO
ABBAZIA
DI SAN MARTINO
DELLE SCALE

Pag. 2

SALUTE & BENESSERE



Natale e Diabete, dieci consigli per non sbagliare a tavola pag.2

Per i pazienti con diabete, il periodo natalizio pone delle difficoltà, dovendosi barcamenare tra glicemie da controllare e piaceri culinari.

SANITÀ



L'Eutanasia potrebbe divenire legale nel nostro Paese pag. 3

Da alcuni anni dalla morte di Welby, sta andando avanti in Parlamento una proposta di legge sulla legalizzazione del testamento biologico.

SANITÀ



Il cervello "sacrifica" l'egocentrismo delle neo mamme al nascituro pag. 4

Uno studio spagnolo dimostrerebbe che il cervello delle neo mamme sarebbe dedicato alle esigenze del figlio sia prima sia dopo il parto.

SALUTE & BENESSERE

Italia - 5000 tagli agli interventi al cuore miniminvasivi pag.4

ATTUALITÀ

L'Anaaodiffida le Università a tutela degli specializzandi pag.6

SANITÀ

Il Sistema sanitario nazionale resiste, ma le risorse non ci sono pag.6



Mangiare a Natale, alcuni consigli

Il cenone o il pranzo di Natale non può essere ignorato, ma nel corso delle feste non bisogna esagerare. "Le regole per godere della buona cucina senza rinunciare alla linea sono due - spiega Maria Cristina Varotto, dietista del Centro medico Santagostino di Milano - non eccedere e fare scelte consapevoli. Nonostante il periodo di vacanza sia lungo, i giorni di festa sono pochi e solo in quelli è concesso consumare pasti ipercalorici rispetto alla quotidianità. Però è vietato consumare avanzi e chiedere il bis". "Scegliere antipasti a base di pesce e verdure, piuttosto che affettati e formaggi - raccomanda Varotto - prediligere cotture al vapore, al forno, arrosto, più che frittura, e accompagnare i secondi con ver-

ture al posto delle patate". Per quanto riguarda i condimenti, "evitare intingoli e salse e non aggiungere olio alla pietanza già impiattata è un modo per non assumere più grassi di quanti il nostro corpo abbia bisogno". Poi, "Un solo dolce a pasto è un buon compromesso per non eccedere con i carboidrati semplici, ma gustare in compagnia il simbolo di queste feste: per questo è consigliabile il panettone meno calorico tra tutti. Inoltre, occorre mantenere un buono stato di idratazione, consumando tra 1,5 e 2 litri di acqua al giorno, ci aiuta a tenere a bada la voglia di eccedere". Consigliabile sotto le feste anche fare un po' di sport: "Per bilanciare gli introiti calorici con il consumo energetico è vi-

vamente consigliato approfittare dei giorni di vacanza per programmare delle passeggiate, anche solo da mezz'ora al giorno tutti i giorni". Un breve decalogo consiglia di fare attenzione alle quantità, perché i piatti natalizi sono più elaborati e di conseguenza più calorici, per cui è consigliabile consumare porzioni ridotte e non chiedere il bis. Poi, mai arrivare affamati all'ora del pasto, perché il rischio sarebbe di mangiare velocemente senza nemmeno saziarsi. Masticare bene e mangiare lentamente che ci permettono di assaporare i cibi e di dare il tempo al nostro corpo di raggiungere il senso di sazietà. È preferibile consumare antipasti a base di pesce e verdure piuttosto che a base di affet-

tati e formaggi. È meglio limitarsi al consumo di acqua e di uno o due bicchieri di vino, evitando bevande gassate, zuccherate e digestivi. È preferibile consumare un solo dolce tra quelli proposti ed evitare di mangiare gli avanzi. Mai digiunare per compensare. Non è digiunando che si consumerebbero le calorie assunte in eccedenza rispetto al nostro fabbisogno. L'aumento del consumo calorico da parte del nostro organismo avviene praticando attività fisica che va programmata anche solo mezz'ora di passeggiata al giorno, tutti i giorni, così da mantenere un equilibrio costante.

Francesco Sanfilippo

Natale e Diabete, dieci consigli per non sbagliare a tavola

Per i pazienti con diabete, il periodo natalizio pone delle difficoltà, dovendosi barcamenare tra glicemie da controllare e piaceri culinari. Sicuramente, i medici diabetologi e i dietisti hanno sempre il loro bel da fare dopo le feste, ma si può ovviare in parte seguendo alcuni consigli per evitare di uscire troppo male dagli eccessi. Il decalogo di queste festività per la persona con diabete ideato dagli esperti della SID conterrebbe alcune regole di buon senso e di facile applicazione che consentirebbero il mantenimento di un buon controllo metabolico, senza perdere il piacere di un buon pranzo. Un primo aspetto riguarda le porzioni, le cui quantità per ogni portata deve essere più limitata così da assaporare tutti i piatti della tradizione senza nuocere alla glicemia.

Un altro aspetto concerne la misurazione frequente della glicemia prima e dopo i pasti, per individuare i cibi che maggiormente aumentano la glicemia, correggendola con boli addizionali d'insulina per chi ne fa uso. Occorre bere tanta acqua, anche quando non se ne ha voglia, poiché aiuta la diuresi, mentre è bene limitare gli alcolici ed evitare bevande zuccherate. Poi, è preferibile consumare quanta più verdura possibile prima di ogni pasto o durante, perché aiuta a sentirsi sazi più facilmente e limita l'assorbimento degli zuccheri. È necessario fare dei piccoli spuntini con frutta fresca o cereali integrali, cosa che protegge da oscillazioni glicemiche ampie, permettendo di giungere al pasto successivo senza troppa fame. Inoltre, occorre condire sempre le pietanze con olio extra-

vergine di oliva, che è un vero toccasana per il cuore e i vasi, evitando il burro o lo strutto. Non bisogna, poi, dimenticarsi di fare una passeggiata in compagnia o un po' di ballo con gli amici, poiché queste azioni attenuano le iperglicemie post-prandiali. In questo senso, non bisogna abbassare la guardia con dolci e frutta secca che è preferibile mangiare a fine pasto o come spuntino, per non sollecitare troppo la glicemia. Infine, è meglio preparare le



nostre pietanze, usando la cottura al vapore o al forno, ma non la frittura.

Francesco Sanfilippo

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

INAP 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

L'Eutanasia nel nostro Paese, verrà legalizzata?

Dopo oltre tre anni dal deposito della proposta di legge d'iniziativa popolare dell'Associazione Luca Coscioni, il Parlamento si è finalmente mosso. Il 7 dicembre il testo sulla legalizzazione del testamento biologico viene approvato dalla Commissione Affari sociali ed è pronto per la discussione in Parlamento.

Un passo importante verso l'obiettivo per cui si batte l'Associazione Coscioni - il riconoscimento ufficiale del diritto di scegliere come e quando terminare la propria vita e interrompere la propria sofferenza.

Un diritto che non deve essere riconosciuto esclusivamente a chi è cosciente o a chi è attaccato a una macchina, escludendo molti altri malati terminali, ma che deve essere universalmente riconosciuto grazie alla legalizzazione del testamento biologico.

"Oggi ricordare Welby significa rendere un tributo all'operato di un uomo che ha aperto la strada a nuove libertà civili,

ma significa soprattutto reiterare l'importanza di lottare per questi diritti.

Il Paese è pronto: uniamo le forze e battiamoci per ciò in cui crediamo, per vivere liberi fino alla fine", è l'appello di Cappato.

A ricordare la battaglia di Welby anche il Comitato Etico di Fondazione Umberto Veronesi che, su input del Professore, ha stilato la "Mozione del Comitato Etico sui profili etici dell'eutanasia", presentata oggi da Marco Annoni.

La mozione, riferendosi esclusivamente ai profili etici della questione e ponendo specifiche condizioni vincolanti che circoscrivono i casi, afferma che "sia eticamente lecito chiedere di porre fine anticipatamente alle proprie sofferenze con dignità e aiutare i pazienti a farlo", limitatamente ai pazienti terminali e con sintomi refrattari.

"Il Professore Umberto Veronesi era fermo sostenitore del principio che 'ogni persona ha diritto di autodeterminarsi' e aveva aderito all'ap-

pello per l'eutanasia legale e firmato la proposta di legge presentata dall'Associazione Luca Coscioni nell'ambito della campagna Eutanasia Legale.

Welby, malato di distrofia muscolare e all'epoca co-presidente dell'ALC, nel 2006 trasmise al Presidente della Repubblica Napolitano la richiesta di eutanasia.

Dopo mesi di coinvolgimento del mondo scientifico e giuridico, Welby ottenne legalmente ciò che inizialmente gli era stato negato: l'aiuto di un medico, il Dott. Mario Riccio, anestesista, per distaccare, senza soffrire, il respiratore. Il caso fece maturare nel Paese il consenso alla libertà delle scelte di fine-vita e rappresentò un precedente giudiziario fondamentale per il diritto all'interruzione delle terapie", ricorda l'Associazione.

"Dopo Welby infatti - prosegue la nota - con il riconoscimento giudiziario del buon operato del Dott. Mario Riccio, nel corso di lunghi anni e di sofferte

battaglie, sono arrivati nuovi importanti traguardi in tema di fine vita, permessi grazie a decisioni giudiziarie rivoluzionarie: in particolare il caso Englaro e il recente caso Piludu, che hanno consolidato il diritto a interrompere le terapie, trasformandolo in obbligo per il Sistema Sanitario Nazionale di assistere ed esaudire le volontà del malato su ordine di un tribunale.

Oggi anche Walter si aggiunge quindi alla lista dei Luca, Piergiorgio, Eluana, Dominique, Max, Luigi e di tutti coloro che hanno lottato per la libertà di scegliere come terminare la propria vita.

Si ricordano qui solo i nomi di coloro che 'grazie' alla sofferenza sono passati alle cronache nazionali e internazionali, perché sarebbe impossibile farli tutti, i nomi di coloro per i quali la quotidianità è una prigione, un campo di battaglia - più ancora che contro la malattia, contro la burocrazia".

Redazione

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



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



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

CONTINUA LA CAMPAGNA
TASSO BASSO

Corso Tukory, 250 - Palermo
 (angolo Via Filiciuzza)

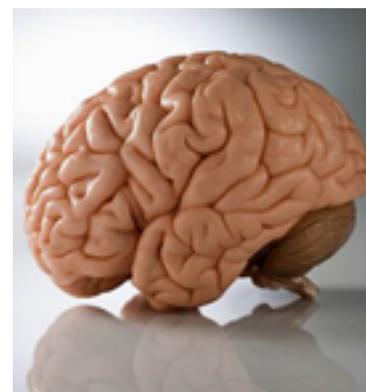
Messaggio pubblicitario con finalità promozionale, per le condizioni contrattuali e preventivi personalizzati si rimanda ai documenti informativi presso gli uffici di Assifin Italia Srl agente in attività finanziaria di Futuro Spa, iscritto nell'elenco tenuto dall'O.A.M. al numero A7678. Salvo approvazione 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".

Il cervello "sacrifica" l'egocentrismo delle neo mamme al nascituro

Per la prima volta, uno studio spagnolo avrebbe provato che il cervello non sarebbe più concentrato sulle proprie esigenze, ma sarebbe proiettato su quelle del futuro nascituro. Lo studio è stato portato avanti da scienziati dell'università autonoma di Barcellona (Uab) ed è stato pubblicato su 'Nature Neuroscience'. Oltre a determinare sbalzi ormonali e ad attivare meccanismi di adattamento biologico, la maternità genera anche un effetto sui neuroni che diventano una sorta di 'antenne' organizzate per cogliere i bisogni del bebè e il suo umore. I cambiamenti durano per almeno 2 anni dopo il parto, e riguardano la morfologia stessa del cervello

che si rimodella in modo da essere meno 'egocentrico'. Il team diretto da Oscar Vilarroya e Susanna Carmona ha sottoposto 25 madri al primo figlio a risonanza magnetica nel periodo precedente e in quello successivo alla gravidanza. L'esperimento è stato realizzato insieme a 19 partner maschili e a un gruppo di controllo formato da 20 donne che non erano mai rimaste incinte e da 17 partner. Le informazioni sono state raccolte dai ricercatori per 5 anni e 4 mesi e questi ultimi avrebbero riscontrato che nelle donne in dolce attesa si verifica una significativa riduzione del volume della materia grigia cerebrale a livello della corteccia posteriore e di quella frontale

mediale. Questo fenomeno avverrebbe in modo praticamente identico sia per il concepimento naturale sia dopo fecondazione assistita. "Queste aree - spiega Carmona - corrispondono in larga misura a un network neuronale coinvolto nella cognizione sociale e nell'elaborazione della percezione di sé". La perdita di materia grigia in queste zone non causa problemi cognitivi o di memoria, bensì indica "un processo adattativo che permette di rilevare meglio le necessità del neonato e di capirne lo stato emotivo", precisa Vilarroya. Durante le analisi, secondo le differenze indotte dal 'pancione' sul cervello, gli studiosi sono riusciti a individuare con grande affidabilità



le donne incinte da quelle non in attesa. Addirittura, sono stati in grado di prevedere il grado di attaccamento della madre al suo bimbo dopo il parto sempre in base alle caratteristiche del suo cervello.

Francesco Sanfilippo

In Italia, i tagli agli interventi al cuore mininvasivi sono solo 5000

In Italia, i pazienti colpiti da patologie valvolari cardiache che sono operati con tecniche mininvasive, sono pochi rispetto alle potenzialità offerte da questa tecnica. Questi interventi, peraltro, sono solo 5mila l'anno contro gli oltre 50 mila effettuati in Germania.

"Ciò non è più accettabile - denuncia Francesco Romeo, Presidente Nazionale della Società Italiana di Cardiologia (SIC) che ha lanciato la campagna 'One valve, one life' -. Vogliamo avere la possibilità di estendere a tutti i pazienti, anche over-75, la possibilità di

fruire di questi interventi che potrebbero garantire magari altri 10 anni di vita e la cui mortalità è quasi 0.

La Sic, quindi, ha lanciato un appello affinché finiscano i tagli sul diritto alla vita durante il 77°mo Congresso nazionale tenutosi di recente con la partecipazione di oltre 2.500 specialisti per fare il punto sulla salute del cuore.

"La nostra sanità", afferma Romeo, "ha un enorme problema di spesa e di contenimento dei costi, perciò queste metodiche mininvasive non sono praticate in tutte le strutture ospedaliere.

Molte direzioni generali italiane tendono a contingentare le risorse per contenere i costi, autorizzando gli interventi solo nei pazienti che hanno controindicazioni assolute all'operazione tradizionale". Perciò, la Sic ribadisce il suo 'no' al contingentamento delle risorse in questo ambito.

"L'intervento percutaneo sulla valvola aortica", spiega Romeo, "è ormai di routine ed è applicabile anche agli anziani. A volte il cardiocirurgo sceglie di non operare con tecniche tradizionali perché il paziente non supererebbe un intervento in cui deve essere



intubato e va utilizzata la circolazione extracorporea. Tuttavia, così il malato muore in media entro sei mesi, mentre, invece, potrebbe essere salvato con un intervento per via percutanea mininvasivo".

Francesco Sanfilippo

STUDIO LICATA®

INFORTUNISTICA STRADALE E ASSISTENZA LEGALE

RISARCIMENTO DANNI?
INCIDENTI STRADALI?
LASCIAVI GUIDARE IN
MANIERA SICURA E GRATUITA!
CONTATTACI ALLO 091.582889

- ZERO ANTICIPO DELLE SPESE PENSIAMO NOI ALLA DIFESA DEI TUOI DIRITTI -
- PATROCINIO A SPESE DELLO STATO -

- NOI E MEDICI DI FIDUCIA AL TUO FIANCO. TI ASSISTIAMO AL 100% NEL RECUPERO DELLA TUA SALUTE! -

Studio Licata - Via Messina, 3 Palermo- 90141 Palermo
Tel. +39 091.582889 - Mob. 338.7371026 - info@licatastudio.it - www.licatastudio.it



ABADIR
ACCADEMIA
DI BELLE ARTI
E DI RESTAURO
ABBAZIA
DI SAN MARTINO
DELLE SCALE



DIPARTIMENTO DI ARTI VISIVE

**CORSO DI DIPLOMA ACCADEMICO
 DI PRIMO LIVELLO IN PITTURA DAPL01**

ISCRIZIONI PROROGATE

**PIAZZA PLATANI, 3
 SAN MARTINO DELLE SCALE - PALERMO
 TEL 091 418022 - 388 0775153
 FAX 091 3823128**

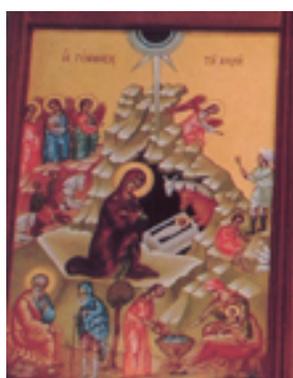
NUOVE DISCIPLINE

- Restauro per la Pittura
- Tecniche del Mosaico
- Installazioni Multimediali
- Metodi e Tecnica di decorazione Sacra Contemporanea

www.abadir.it

info@abadir.it

APERTE LE ISCRIZIONI AI CORSI PRIVATI



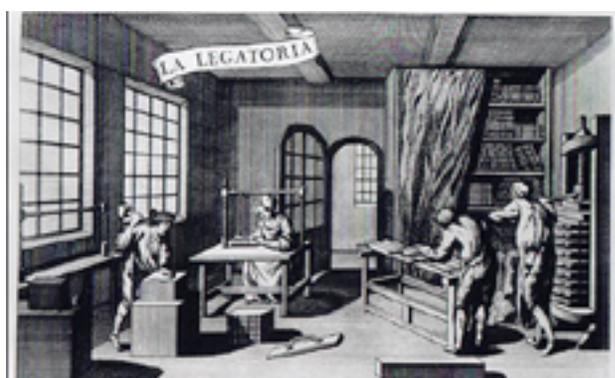
**Corso Base
 Teorico Pratico
 di Pittura Bizantina**



**Corso Base
 Teorico Pratico
 di Restauro Pittorico**



**Corso Base
 Teorico Pratico
 di Restauro Legno**



**Corso Avanzato Teorico Pratico
 di Rilegatoria di Beni Bibliografici
 e Archivistici**



centro studi ATHENA

**CORSO DI SPECIALIZZAZIONE IN
 DIAGNOSTICA SULLE STRUTTURE STORICHE E
 RESTAURO DI INTONACI ED AFFRESCHI**

EVENTO ACCREDITATO DA
 | CONSIGLIO NAZIONALE DEGLI INGEGNERI

direzionemarketing@abadir.it





**Corso Base Teorico Pratico
 di Restauro Manufatti Cartacei**

Per maggiori informazioni sulle modalità d'iscrizione contattare la segreteria al numero: 091.418022 o inoltrare un' email al seguente indirizzo: direzionemarketing@abadir.it - www.abadir.it
 Informati con il tuo Cral per agevolazioni sull'iscrizione ai corsi.

L'Anaa diffida le Università a tutela degli specializzandi

“Le Università continuano a non applicare la legge europea sull'orario di lavoro ai medici in formazione”.

Per questa ragione ad un anno di distanza dalla prima diffida, l'Anaa Assomed ha replicato, di recente, l'invio a tutti gli atenei di un secondo avviso a seguito di una rilevazione condotta dal Settore Anaa Giovani. Da quest'ultima è emerso che non sono ad oggi rispettati i limiti in materia di orario di lavoro per i medici in formazione specialistica operanti presso alcune scuole di specializzazione. Non solo ma in caso di ulteriori violazioni, l'Anaa Assomed ha annunciato che si rivolgerà alle competenti sedi dell'Ispettorato del lavoro, riservandosi di avviare anche azioni in sede giudiziaria per i casi più gravi. I pa-

neri del Ministero della Salute e dell'Osservatorio Nazionale per la formazione medico-specialistica hanno già confermato che anche per i medici specializzandi vale la regola relativa al periodo di riposo minimo giornaliero di 11 ore consecutive.

Ciò vale per ogni periodo di 24 ore per espressa previsione della direttiva 2000/34/CE in materia di orario di lavoro, ed il limite massimo settimanale di 48 ore lavorative.

Le oltre 500 segnalazioni ricevute dai medici in formazione attraverso l'indagine Anaa Giovani, confermano che nel 47% dei casi la normativa non viene rispettata in nessuno dei suoi articoli. Se consideriamo il mancato rispetto di almeno uno di essi, la percentuale sale ad un poco onorevole 67%.

Nel 61% dei casi in cui la normativa non viene rispettata è

stata avanzata una richiesta di adeguamento sia con contatti informali con i Direttori delle Scuole che con i rappresentanti, qualora presenti, in seno ai Consigli di Scuola di Specialità.

È emerso che nel 53% dei casi la risposta è stata un silenzio ostinato ed indifferente, mentre il 23% di questi attivi giovani colleghi è stato più sfortunato, ricevendo in risposta minacce di vario genere, dal divieto di accesso alle sale operatorie sino alla bocciatura all'esame per il passaggio di anno.

Nel 60% dei casi di mancata osservanza, gli specializzandi lavorano stabilmente più di 48 ore a settimana.

Nel 30% dei casi chi svolge un turno notturno ha lavorato durante il giorno anche oltre le ore 16:00 (7%).

Nel 22% dei casi lo smonto

dopo un turno notturno avviene almeno 2 ore dopo l'entrata in servizio dei colleghi del turno diurno, in alcuni casi, ci si ferma addirittura sino al primo pomeriggio (10%).

“Sono ovvie le implicazioni del mancato rispetto di quanto previsto dalla legge in termini di aumento dei rischi per la salute e la sicurezza di pazienti ed operatori - scrive l'Anaa -

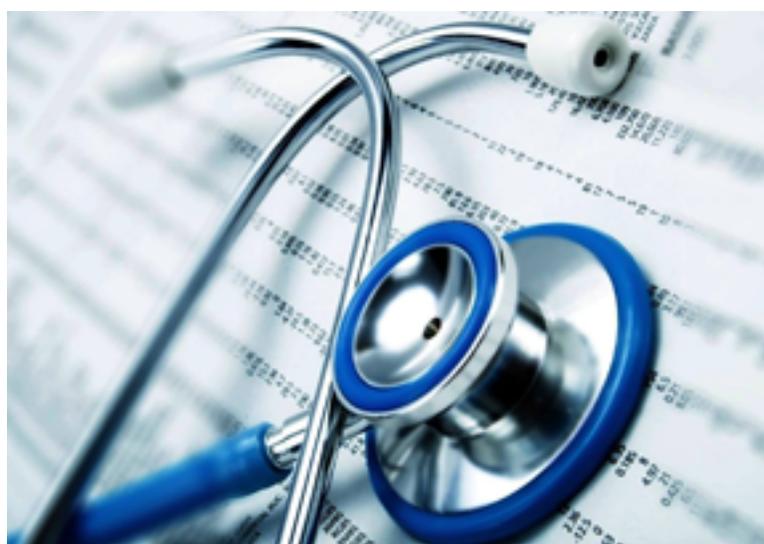
Chi lavora più dei limiti massimi di legge ha, infatti, una probabilità significativamente più alta, (83.7% vs 30.7%) rispetto ai Colleghi di Scuole in cui si lavora massimo 48 ore a settimana, di trovarsi in una situazione di rischio per il paziente o per se stesso derivante da un ridotto livello di attenzione a causa della stanchezza”.

Redazione

Il Sistema sanitario nazionale resiste, ma le risorse non ci sono

Si amplia il gap tra la nostra spesa sanitaria rispetto all'Europa occidentale, sia per la spesa pubblica (-36%. Nel precedente rapporto la forbice in negativo era del 28,7%) che complessiva, pubblica+privata, (-32,5%). Permane l'estrema differenza tra le Regioni (che non è però colpa del federalismo sanitario). Cresce indomita la spesa privata e aumentano le iniquità nella Penisola. Questi alcuni dei macro dati contenuti nel Rapporto Crea 2016 (giunto alla dodicesima edizione) pubblicato oggi. Ma nonostante tutto, come afferma il presidente di Crea Sanità, Federico Spandonaro “il sistema sanitario italiano è stato capace di governare la transizione, ponendosi oggi fra quelli certamente considerabili maggiormente “sostenibili”. Ma non è oro tutto ciò che brilla, infatti, se ad un elevato gap di spesa non corrisponde una differenza nei servizi, i segnali per il futuro sono poco incoraggianti, a partire dall'equilibrio della spesa farmaceutica che si è rotto (con tetti sfondati ogni anno per miliardi di euro) e dal calo delle vaccinazioni che rischia di farci tornare indietro di anni. Ed è proprio per

questo che il Rapporto Crea mette in risalto come vi sia “la necessità di definire nuove strategie di sviluppo del SSN” anche perché in futuro sarà sempre più difficile per il Ssn “mantenere (o forse più correttamente di raggiungere) la globalità della risposta assistenziale pubblica”. Non solo fotografia, come ogni anno il Rapporto offre anche alcuni suggerimenti. In primis “la capacità di governare la ricerca attraverso una coerenza fra aspettative e risorse, salvaguardando allo stesso tempo l'equità complessiva delle risposte pubbliche; per ottenere ciò va governata la transizione del SSN, da attore unico capace di fornire una risposta globale, ad attore partecipante e integrato di un sistema complesso composto da offerte diversificate. Questo pone la necessità di una diversa visione sul ruolo del SSN e nuove regole per governare l'integrazione dei diversi attori che si affacciano sul mercato. Da ultimo, ma non per importanza, è poi necessario integrare nei processi decisionali le istanze di cui i diversi stakeholder del sistema sanitario sono portatori, utilizzando processi valutativi multi-prospettiva, e reintroducendo



elementi di flessibilità nelle scale di valutazione della meritorietà sociale”. La spesa sanitaria italiana è complessivamente inferiore del 32,5% rispetto a quella dell'Europa Occidentale. In rapporto al PIL l'Italia è al 9,4%, contro il 10,4% dell'Europa Occidentale. Negli ultimi 10 anni la spesa sanitaria pubblica italiana è cresciuta dell'1% medio annuo contro il 3,8% degli altri Paesi dell'Europa Occidentale: un quarto, peraltro come il PIL; questo porta la spesa sanitaria pubblica italiana ad essere inferiore del 36% a quella degli altri Paesi considerati. La crescita della spesa privata (2,1% medio annuo) è stata invece

leggermente inferiore a quella europea (2,3%), ma pari a oltre il doppio rispetto a quella pubblica.

Redazione

SOLUZIONI CRUCIVERBA

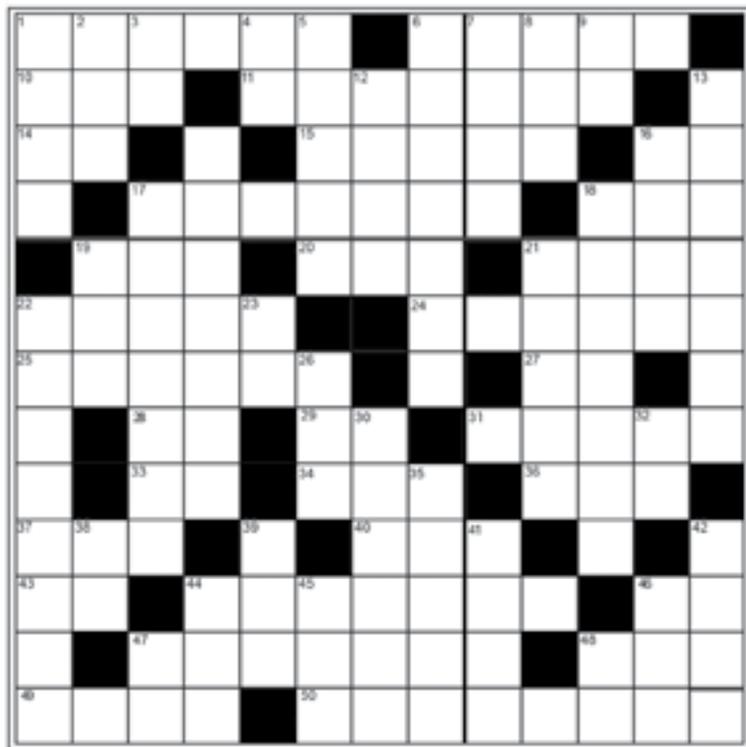


Il Cruciverba



Il nostro giornale propone il gioco non solo come passatempo ma soprattutto quale utile esercizio delle facoltà intellettive.

E' un'azione solo in apparenza banale o semplice: in realtà si tratta di un'autentica palestra che stimola le cellule mentali e che permette alle numerose interconnessioni tra esse di mantenere un ottimo stato di forma, a venti come a novant'anni...e oltre.



ORIZZONTALI

1 Liquore che può avere la sigla V.S.O.P. **6** Nave da carico **10** Pianta del sapone **11** Carattere tipografico **14** Salerno **15** Un Pippo dello spettacolo **16** Università Cattolica **17** Nome di Baudelaire **18** Agreste senza aste **19** Guardare in USA **20** Caen senza inizio **21** Sedile in inglese **22** Tutt'altro che profano **24** Cumulo di detriti **25** Prepara cocktail **27** Iniziali di Fogazzaro **28** Odiare senza dire **29** Iniziali di Biagi **31** Possono essere maggiori o minori **33** Iniziali di Neruda **34** Segna il limite di navigabilità **36** Servizi segreti russi **37** La coppia degli Dei **40** Organizzazione Mondiale della Sanità **43** Nuoro **44** Versione latina della Bibbia **46** Congiunzione **47** Brigante **48** Grande antilope africana **49** Irritazione cutanea giovanile **50** Nacque a Recanati

VERTICALI

1 I Cupiello vi trascorrono il Natale **2** Vale 3600 secondi **3** Vai...in Inghilterra **4** Casa automobilistica inglese **5** Rettile molto velenoso **6** Sanguinoso **7** Ne è affetto il sieropositivo **8** Ha infranto la legge **9** Grosseto **12** Uguale senza "gu" **13** Si usa per togliere lo smalto **15** Carro armato USA **16** Fiume della Russia **17** Il fondatore di Atene **18** Chi mangia la terra **19** Linee Aeree Sudafricane **21** Bacio nei fumetti **22** Instabile **23** Boa decapitato **26** National European Bureau **30** Blues ossessivo **32** Iniziali della Bosè **35** Riempito d'affetto **38** Bollettino Ufficiale **39** Divertimento in inglese **41** Cartello di fermata **42** Ariovisto li sconfisse nel 71 a.C. **44** Guai a Roma **45** Consonanti in "lodalo" **46** Fine inglese **47** Benevento **48** Consonanti in gara

Le Soluzioni del Cruciverba
le trovate nella pagina precedente

Solo fino al 31 Dicembre 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 60€
Contattaci su direzionecommerciale@nellattesa.it

ALLERGOLOGIA

DOTT. CLAUDIO RAGNO

Specialista in Allergologia e immunologia clinica. diagnosi delle malattie respiratorie, delle allergie alimentari, per allergie a farmaci. Riceve a Palermo in via XII Gennaio 16 091.584114 cell. 337 895499

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

NEFROLOGIA

DOTT. PIERO MIGNOSI

Specialista in Nefrologia, Dir.Med.U.O. Nefrologia e Dialisi-Policlinico di Palermo Diagnosi e terapia delle malattie renali. Terapia dietetica della Insuff.Renale Cronica Gestione nutrizionale del paziente emodializzato Cateterismo femorale per emodialisi-Emodialisi Per prenotazioni (ALPI) Tel. 3392118903

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

CASA STAGNITTA
SORSI E MORSI DI CAFFÈ

Discesa del Giudici, 42/44
90133 - Palermo (PA)

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)

Ufficio Comunicazione: **Andrea Ganci** - e-mail: direzionecommerciale@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

Diventa anche tu Ambasciatore di ANIO!

A.N.I.O., Associazione Nazionale per le Infezioni Osteoarticolari.
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.

Grazie all'amore dei volontari e alla professionalità
dei nostri medici abbiamo salvato migliaia di
vite umane. 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 e a dargli tutto il supporto
necessario a stare meglio.



Ogni piccolo gesto di solidarietà NON è banale, per un malato è vita!
Dona il tuo 5 per Mille ad ANIO, codice fiscale: 97165330826

Fai la tua Donazione

Tramite bonifico intestato ad ANIO Onlus,
Associazione Nazionale per le Infezioni Osteo-articolari.
sul c/c 21641931 - Iban: IT57F0760104600000021641931

*Anio augura
Buone Feste*



www.anio.it

Numero Verde

800 688 400