

<p>L'associazione Servizi medici e mensa per migranti e non solo</p>	<p>Lo scopo degli Amici della Caritas di Ferrara-Comacchio è far funzionare la mensa dei poveri, ma si cerca di rispondere anche a bisogni diversi dei meno fortunati, con progetti come "Prendi Tempo" che sostiene famiglie disagiate e a rischio di</p>	<p>marginalità. E uno sguardo particolare per i migranti. A partire da "Casa Betania" che mira a far raggiungere una certa autonomia a donne e minori africani in attesa di asilo, la rete si è estesa a "C'è posto anche per te", progetto che, tramite</p>	<p>l'Ausl, offre servizi di medicina di base, ginecologia e pediatria, aperti anche a donne indigenti esterne al centro di accoglienza, italiane e non, prive di altre possibilità di assistenza. <i>giulia alice fornaro</i></p>
--	--	--	---

Camici&pigiama
di Paolo Cornaglia Ferraris

Autonomia e vita sociale la ricetta per la disabilità

La disabilità è condizione di chi, per una o più menomazioni, ha una ridotta capacità d'interazione con l'ambiente sociale rispetto a ciò che è considerata la norma, pertanto è meno autonomo nello svolgere le attività quotidiane e spesso in condizioni di svantaggio nel partecipare alla vita sociale. Si tratta di una condizione di grande impegno professionale per il Servizio Sanitario. E per gli altri? L'inclusione della persona con disabilità prevede due azioni: assistenza e riabilitazione. Coniugarle in modo inclusivo è difficile. Bisogna evitare l'assistenzialismo relegante e favorire l'accoglienza della diversità, in funzione di maggiore autonomia e maggior capacità d'interazione sociale del diverso. Una persona incapace di camminare è meno disabile se può contare sull'abbattimento delle barriere architettoniche nel muoversi, fare sport, andare a scuola, lavorare. Non si tratta di buonismo, ma di efficacia dei modi con cui la società civile si organizza, capendo che la legge del più forte è quella della giungla, non del consorzio umano.
camici.pigiama@gmail.com

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Il libro
di Paola Emilia Cicerone

Se il pianeta è "nervoso" guardiamo le stelle

Quanto stress genera la casella piena di e-mail? Oppure quanta tensione abbiamo prima di un colloquio di lavoro? Matthew Haig, saggista inglese, ci suggerisce di misurare esperienze come queste in psicogrammi: unità di misura fittizia che ci ricorda quanto lo stress sia reale e incida sulla nostra vita. È solo uno degli stratagemmi proposti da Haig nel suo *Vita su un pianeta nervoso* (edizioni e/o, 15 euro) per far fronte a un mondo sempre più impegnativo. Partendo dalla sua esperienza con ansia e attacchi di panico, Haig ci offre un libro piacevole con aneddoti e consigli, ricorda cose che quando stiamo male dimentichiamo. Spiega che rallentare è benefico. Non riusciremo mai a essere aggiornati su tutto e rispondere in tempo a tutte le mail. Non siamo tanto diversi dagli uomini delle caverne e la tecnologia, per quanto preziosa, è arrivata troppo velocemente. Meglio, allora, imparare almeno ogni tanto a lasciar andare: rivolgendo lo sguardo al cielo stellato e l'attenzione al nostro respiro che ci riporta al centro delle cose.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

MANDATE LE VOSTRE DOMANDE A:
rsalute@repubblica.it
La Repubblica RepSalute
via C. Colombo, 90
00147 Roma

RepSalute
DIRETTORE RESPONSABILE:
Carlo Verdelli
A cura di:
Elvira Naselli
GEDI Gruppo Editoriale S.p.A.
Divisione Stampa Nazionale
via Cristoforo Colombo, 90
00147 Roma
PUBBLICITÀ
A. Manzoni & C.
via Nervesa, 21
20139 Milano

Il medico risponde
a cura di Elvira Naselli

Ortopedia

Frattura del femore che fare ora?

Ho 77 anni e circa due anni fa mi sono fratturato il femore sinistro. Mi hanno inserito 3 viti e la gamba si è accorciata di 1 cm. Ho un po' di fastidio all'anca, specialmente se sto a letto sul fianco sinistro. Che posso fare?

Prof. Rocco Papalia
Direttore UOC Ortopedia e Traumatologia Università Campus Bio-Medico, Roma

Per prima cosa occorrerebbe prendere visione di una radiografia del bacino sotto carico abbastanza recente per capire la posizione dei mezzi di sintesi e un eventuale coinvolgimento artrosico dell'articolazione coxofemorale. Inoltre sarà anche possibile valutare in maniera più accurata la differenza di lunghezza. Poi una valutazione clinica dallo specialista ortopedico di fiducia potrebbe evidenziare una più precisa eziologia dei suoi sintomi. In linea generale i mezzi di sintesi vanno rimossi se causano dolore, limitazione funzionale o infiammazione locale.

Endocrinologia

Queste punture sono rischiose?

Ho 51 anni, da quando non ho più il ciclo non riesco a dimagrire, nonostante diete di ogni tipo. Sono andato da un endocrinologo che mi ha proposto delle punture che si usano per i diabetici che fanno dimagrire. Chi le ha fatte ha perso molto peso. Ma sono pericolose?

Prof. Andrea Giacari
Diabetologo, Fond. policlinico univ. Gemelli, Roma

Credo che le sue punture siano del farmaco liraglutide. È un farmaco (iniezione) nato per il diabete, durante il cui sviluppo è stata rilevata una importante efficacia sulla riduzione del peso corporeo. Per questo la medicina è stata

approvata da Ema (l'ente europeo dei farmaci) anche per la cura dell'obesità. Peraltro a breve dovrebbe uscire un altro simile, con "punture" settimanali anziché giornaliere. Tutt'altro che pericolosi, questi farmaci hanno dimostrato la riduzione di eventi cardiovascolari (almeno in chi ha il diabete). A mio parere, tuttavia, la prescrizione deve sempre essere accompagnata da un percorso intensivo di intervento sullo stile di vita (attività fisica, ma anche dieta) anche se dieta/attività da soli non si sono rivelati sufficienti. Queste medicine aiutano e molto, ma solo in chi ha deciso di farsi aiutare nel proprio percorso. Da sole (senza attività fisica e dieta) funzionano, ma meno, e se si sospendono torna tutto come prima.

Urologia

Non era meglio tenersi il tumore?

Ho 59 anni, mi hanno operato di tumore alla prostata con tecnica robotica e sono incontinente grave per le urine e impotente. Mi dicono che potrei risolvere con protesi peniene e sfinteri per l'incontinenza ma l'ospedale non le compra. A cosa serve operarsi per rimanere così? Tanto valeva tenersi il tumore.

Prof. Aldo Franco De Rose
Urologo osp. univ. San Martino, Genova

Sembra un'assurdità eppure, dopo intervento di tumore alla prostata, il deficit di erezione grave (mancata risposta alle pastiglie o punture di caverject) o l'incontinenza urinaria grave (perdita delle urine in continuazione senza risposta alla riabilitazione perineale) non possono essere curati. E questo perché il Drg per questi interventi copre solo un quarto del costo dell'operazione. E quindi Asl e Regioni, a eccezione dell'Emilia Romagna, si rifiutano di acquistare lo sfintere artificiale e le protesi peniene, ognuna delle quali costa tra 9 e 11 mila euro. A cui andrà aggiunto il costo di degenza e sala operatoria, altri 5 mila euro. Occorrerebbe una

maggiore sensibilità delle istituzioni, aggiornando il Drg e destinando una quota insignificante per la soluzione del problema che interessa circa 1500 persone per impotenza e poco meno di 800 per incontinenza, tenuto conto che in Italia, ogni anno, vengono sottoposti a prostatectomia radicale 16.000 pazienti su 35.000 diagnosi di tumore alla prostata.

Otorinolaringoiatria

Si può recuperare l'olfatto perso?

Ho 60 anni e forse per una caduta dopo una vertigine o per una forte influenza ho perso del tutto l'olfatto e buona parte del gusto. Neurologo e otorino mi dicono che si può sperare in un recupero parziale e mi hanno prescritto vitamine. Non si può far altro?

Dott. Luca De Campora
Otorinolaringoiatria, ospedale Fatebenefratelli Isola Tiberina, Roma

L'organo dell'olfatto è rappresentato da sottili terminazioni nervose immerse in un gel nelle cavità nasali. Sono organi molto delicati, che con l'età hanno un declino fisiologico. Esistono situazioni favorevoli la perdita: ipertensione, diabete, alcuni farmaci, condizioni patologiche come le neoplasie (rare) dei seni paranasali, alcune malattie degenerative del sistema nervoso, poliposi nasale, esiti cicatriziali dopo interventi chirurgici, traumi facciali ed altro. Spesso ad una perdita stabile dell'odorato si associa una riduzione del gusto: nonostante si percepiscano i sapori base più intensi, altri complessi per i quali è necessario anche l'odorato, si perdono. La diagnosi si fa con visita otorinolaringoiatrica con rinoscopia meglio se a fibre ottiche. Se opportuno, si può richiedere anche risonanza magnetica o Tac. La terapia si basa su steroidi topici o sistemici con eventuale terapia di supporto, spesso inefficace. In genere trascorsi 12 mesi la perdita si può ragionevolmente considerare stabile.

Le News Salute e Benessere

a cura di MANZONI & C.

RICARICATI DI ENERGIA CON BIOTON MINERAL PLUS!!

B IOTON Mineral PLUS Sella è un integratore alimentare di SALI MINERALI, arricchito con l'Ashwaganda, la Creatina e la Vitamina C. Per ADULTI e SPORTIVI è utile per reintegrare le perdite idrosaline dovute all'eccessiva sudorazione e a sforzi prolungati. L'Ashwaganda ha proprietà toniche adattogene che migliorano l'adattamento in caso di stanchezza fisica e mentale.
www.bioton.it e www.facebook.com/biotonsella



COLLAGEN ACT: CONTRO LE RUGHE E I SEGNI DEL TEMPO

C ollagen ACT è l'innovativo integratore alimentare che si prende cura della bellezza e della luminosità della pelle agendo dall'interno. Contiene ben 5000 mg di collagene, ed è arricchito con Resveratrolo, Acido Jaluronico, Rame, Zinco e Vitamina C. In vendita nelle migliori Farmacie, Parafarmacie e nei Reparti Specializzati della Grande Distribuzione. In pratiche bustine idrosolubili al sapore di mirtillo.
www.Linea-Act.it



FEDERASMA E ALLERGIE ONLUS

P rosegue ad aprile e maggio "Un Respiro di Salute" - Speciale Primavera per informare i cittadini sul ruolo dell'aeroterapia nel prevenire e gestire i sintomi allergici di rinite e asma a tutte le età. Tra le iniziative, rese possibili grazie al contributo di Chiesi Italia, il Vademecum Allergie e Aerosolterapia-I benefici per naso, bronchi e polmoni" disponibile negli studi medici, le farmacie e scaricabile su www.federasmaeallergie.org.



20 ANNI DI SOLIDARIETÀ CON SCHESIR

S chesir, prodotto "naturale" per eccellenza, si conferma marca etica e "solidale": cruelty free, e con a cuore i gatti e i cani abbandonati. Dal 5 al 30 aprile le associazioni animaliste possono caricare su contest.schesir.com i loro progetti, dal 1° al 15 maggio il pubblico potrà votare il preferito. I 20 più votati passeranno alla seconda selezione di una giuria che decreterà i 3 meritevoli del premio in denaro messo a disposizione dall'azienda; un premio in alimenti Schesir spetterà agli altri 17 finalisti.



PINK LADY® UN MORSO DI BENESSERE

L a mela Pink Lady® procura ¼ degli apporti giornalieri necessari di vitamina C, fibre per la digestione, antiossidanti per contrastare l'invecchiamento della pelle e 80% d'acqua per l'idratazione. Con il suo gusto inimitabile e la grande ricchezza di aromi e profumi, Pink Lady® è un concentrato di benefici per il corpo.
www.mela-pinklady.com

