

# IL CONTO CAMBIA, CAMBIA LA BANCA!



Da Banca di Legnano

Conto  
**perXme**

Il Conto che fa i miei interessi.  
Zero spese, più interessi e tutta la libertà che ho  
sempre cercato.

Basta con i soliti conti correnti che mi obbligano a regole che mi stanno strette. Finalmente c'è un conto nuovo che lascia fare a me. Decido io quando, dove e anche come utilizzare la Banca. Posso andarci, telefonare o connettermi attraverso internet, per controllare ma anche per operare. Le operazioni costano Zero euro, mentre gli interessi vengono aggiornati automaticamente. In più mi regala Carta Jeans, la prepagata ricaricabile.

*ContoPerMe*, il conto multioperativo

 GRUPPO BIPIEMME



**BANCA DI LEGNANO**

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

Prendere visione delle condizioni economiche mediante i fogli informativi disponibili presso ogni Filiale (D. Lgs. 385/93). Il presente messaggio pubblicitario ha finalità esclusivamente promozionali.

Regione Piemonte

# ASL NO (Novara)

Periodico di informazione e formazione sanitaria dell'ASL NO  
Gennaio - Febbraio - Marzo 2009

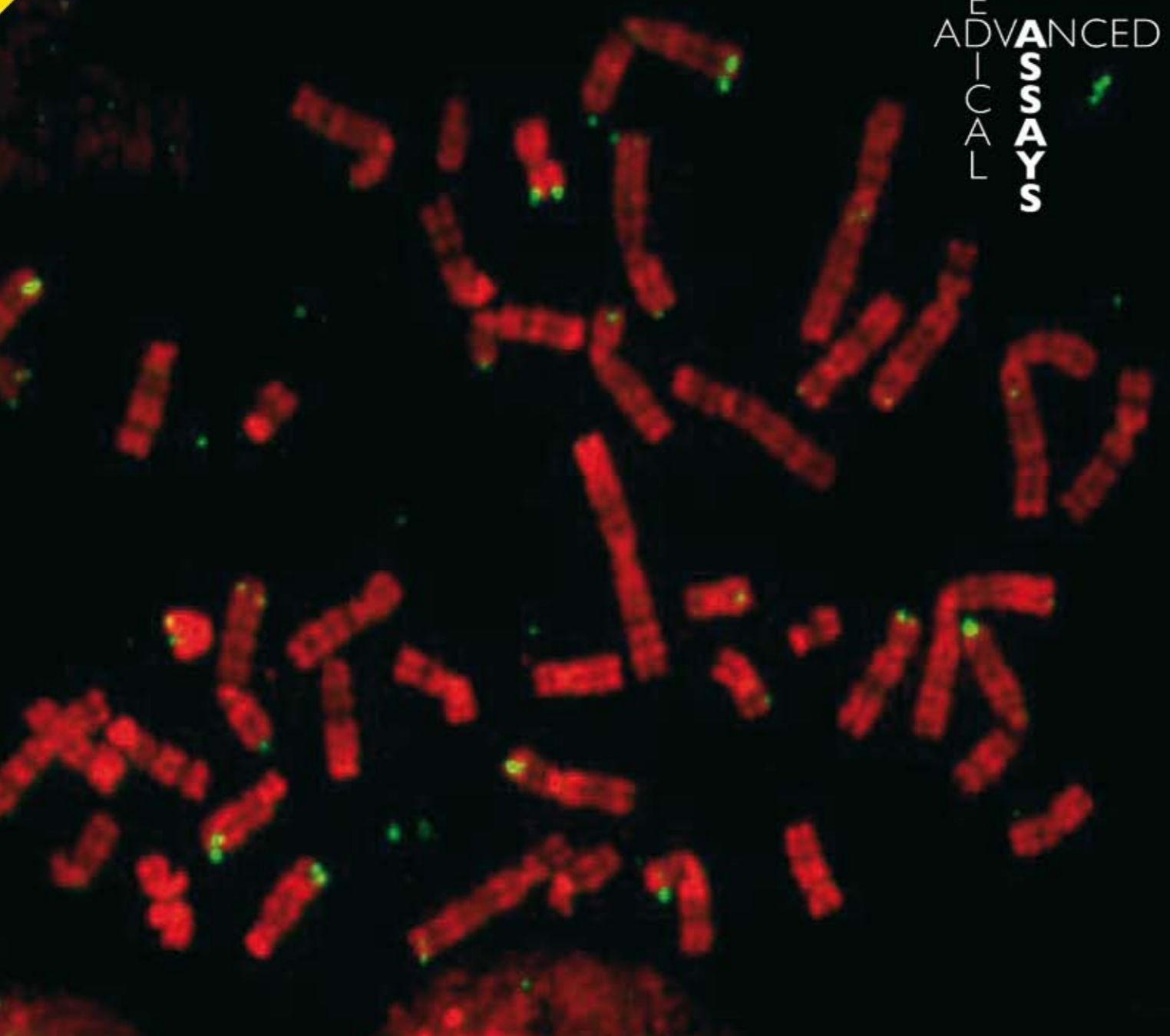
# In forma

Badia di Dulzago (NO) © - 2009 - by Raffaella D'Andretta



**Non c'è cura  
senza cuore**

Sistema Sanitario Regionale del Piemonte



## Analisi di biologia molecolare

Ritiro dei campioni a domicilio e refertazione on line

Analisi molecolare ricerca X fragile  
Cariotipo su sangue periferico  
Screening gene fibrosi cistica  
Screening molecolare gene beta talassemia  
Analisi molecolare atrofia muscolo spinale  
Ricerca genoma virale  
Analisi mutazione MTHFR  
Analisi mutazione fattore II

Analisi molecolare mutazione fattore V di Leiden  
Analisi molecolare regione AZF  
Analisi molecolare hpv (papilloma virus umano) e genotipizzazione  
Analisi molecolare per Charchot Marie Tooth  
Analisi riarrangiamenti sub telomerici  
Analisi di disomia uniparentale per geni imprinted  
Analisi paternità pre e post natale





Informazioni, dimostrazioni e prove presso i seguenti centri acustici:



# Audiofocus

## Apparecchi Acustici

**DIECI MILIONI DI ITALIANI HANNO PROBLEMI DI UDITO.**

### Niente più scuse, È ora di sentire bene.

L'utilizzo dei moderni sistemi acustici dona beneficio a molti aspetti della vita, con effetti positivi nella vita sociale, nel mondo del lavoro e nel tempo libero.

**Novara**  
Via dei Mille, 1/E  
Tel. 0321.36292  
Da lunedì a venerdì  
ore 9.00 / 12.30 - 15.00 / 19.30  
Sabato ore 9.00 / 12.00

**Oleggio**  
Ottica Bertolotti  
Piazza Martiri, 12  
Tel. 0321.992543  
2° e 4° lunedì del mese  
ore 9.00 / 12.00

**Borgomanero**  
Ottica Bonzanini  
Via Roma, 57  
Tel. 0322.81913  
Venerdì mattina

**Arona**  
Maico Audiofocus  
Via Gramsci, 7  
Tel. 800.151866  
Martedì orario 9-12  
Giovedì orario 15-17,30

**Sistemi Acustici Digitali con Intelligenza Artificiale**

Sono oggi disponibili protesi acustiche dotate di una propria intelligenza in grado di aiutare, in parte, il lavoro dell'orecchio umano. Agiscono in maniera autonoma scegliendo la regolazione ottimale a seconda dell'ambiente in cui ci si trova.

**Automatici e praticamente invisibili**

Non necessitano di alcuna regolazione da parte dell'utilizzatore, esaltando la voce e diminuendo i rumori indesiderati in modo automatico senza mai dover portare la mano all'orecchio. Sono talmente piccoli da scomparire completamente nell'orecchio. Alcuni modelli sono realizzati in materiali completamente trasparenti.

**Adattamento OPEN EAR**

Gli apparecchi "Open Ear", sono sistemi acustici di ultima generazione, con tecnologie all'avanguardia in grado di risolvere le carenze uditive e i problemi estetici lasciando il canale uditivo completamente libero danno la sensazione di non avere niente nell'orecchio. La funzione "Data Logging" consente di monitorare l'uso quotidiano ed i diversi ambienti in cui è stato utilizzato il dispositivo.

**Rilevamento ambientale**

Esistono alcuni modelli di protesi con "Acoustic Signature" ossia un sistema di rilevazione ed adattamento ambientale, identificando i singoli ambienti e adattandosi ad essi istantaneamente.

# AMERICAN FITNESS

**R.D.A. M. D'AZEGLIO, 7 NOVARA - Tel. 0321 391035**  
**VIA SCONFETTI, 23 NOVARA - Tel. 0321 691240**

## NUOVO CENTRO DI FITNESS TERAPIA

### CICLOTERAPIA - HIDROTERAPIA - FITNESS METABOLICO - ALLUNGAMENTO GLOBALE DECOMPENSATO



## ASL NO: IV Edizione "Memorial Bruzzi Antonio", Torneo di calcetto



Nella foto i componenti della squadra vincitrice: Massimiliano Bruzzi, Pinuccio Bruzzi, Giuseppe Iannucci, Andrea Vicario, Franco Primatesta, Michele Vigna, Fulvio Ardizzi

A cura di Massimiliano Bruzzi, Responsabile Gruppo Sportivo Ospedale di Borgomanero

- 1° classificata:**  
Traumatologia e Amici di Bruzzi con 9 punti
- 2° classificata:**  
Cardiologia con 6 punti
- 3° classificata:**  
Reparti Ospedalieri con 3 punti
- 4° classificata:**  
DEA/Pronto Soccorso con 0 punti

Il Gruppo Sportivo dell'Ospedale di Borgomanero dell'ASL NO ha organizzato in data venerdì 20 febbraio u.s., allo Sporting Club di Arona, la IV edizione del torneo di calcetto "Memorial Bruzzi Antonio". Le squadre, composte soprattutto da personale sanitario (medici, infermieri, tecnici, ecc...) delle Strutture DEA/Pronto

Soccorso, Radiodiagnostica, Cardiologia, Traumatologia ed altri Reparti ospedalieri, hanno giocato in 6 partite di 25 minuti ciascuna con classifica girone all'italiana. Il torneo è stato vinto dalla squadra di Traumatologia: La squadra di Traumatologia, con il sostegno di alcuni giocatori Amici di Bruzzi, ha vinto anche il trofeo di capocannoniere assegnato a Michele Vigna con 9 goal e migliore portiere a Franco Primatesta con soli 4 goal subiti. Il riconoscimento a migliore difensore è stato attribuito a Giuseppe Piazza componente della squadra di Cardiologia. *Un ringraziamento a tutti coloro che hanno partecipato - dichiara l'organizzatore Massimiliano Bruzzi - e l'augurio che lo sport, come ad es. il calcio che richiama persone di ogni età dai più piccini ai più anziani, possa essere di stimolo per ricordare che la salute è un bene prezioso.*

### Comunicare la salute.

**"... quando la salute c'è non dimenticatene.."**

ASL NO e BLU RADIO. Riprende, per il terzo anno consecutivo, l'appuntamento radiofonico per parlare ed ascoltare le notizie sulla salute. Prosegue, infatti, nel 2009 la collaborazione tra **BLU RADIO** e **ASL NO** per far crescere il dialogo con il cittadino e per migliorare la qualità della vita e facilitare l'accesso ai percorsi di diagnosi e cura.

Sintonizzatevi **ogni mercoledì alle 11.00** con le frequenze di **BLU RADIO, per Novara e Provincia FM 102.200** (tutte le altre frequenze sono consultabili sul sito [www.bluradio.it](http://www.bluradio.it)).

Per suggerire un argomento che vi è particolarmente a cuore o volete che se ne parli, se volete informazioni più approfondite sui temi che saranno trattati, inviate un' e-mail all'indirizzo:

[ure@asl.novara.it](mailto:ure@asl.novara.it) oppure [info@bluradio.it](mailto:info@bluradio.it);

Buon ascolto!



### Tutti i Servizi per la salute. Dove, come e quando



A cura di Elena Vallana

E stata presentata martedì 24 febbraio. la **Guida Pratica** al cittadino che si propone come strumento interattivo per garantire una risposta sempre più adeguata ai bisogni di informazione del cittadino.

La Guida è il risultato di un lavoro d'équipe che ha coinvolto: per il progetto grafico *Seat Pagine Gialle*, per la progettazione e il coordinamento *Mara Anastasia con la collaborazione di Elena Fois e Barbara Sessini dell'Assessorato alla Tutela della Salute e Sanità della Regione Piemonte* e per i testi *le Strutture dell'ASL NO: Struttura di Comunicazione (Ufficio Relazioni Esterne), Qualità e Direzione Medica dei Presidi Ospedalieri Riuniti in collaborazione con l'Ufficio Relazioni Esterne dell'Azienda Ospedaliera Universitaria Maggiore della Carità di Novara.*

E' un opuscolo scritto in modo chiaro, sintetico e completo; rappresenta uno strumento in grado di rispondere al bisogno di partecipazione del cittadino ed è di stimolo all'Azienda per proporre nuove strategie di comunicazione. L'obiettivo è quello di creare un'amministrazione amichevole, anticipatrice, affidabile; essere informati è un diritto di tutte le persone e realizzare contenuti comprensibili e fruibili è un dovere per la Pubblica Amministrazione.

La Guida viene distribuita sul territorio della Provincia di Novara, attraverso Pagine Gialle Casa, e a disposizione presso l'Ufficio Relazioni Esterne dell'ASL NO (via Dei Mille, 2 - Novara) ed è consultabile e scaricabile dal sito internet: [www.asl.novara.it](http://www.asl.novara.it).

Chi fosse interessato, può chiedere copia della Guida telefonando allo 0321 374530 oppure inviando un email a: [ure@asl.novara.it](mailto:ure@asl.novara.it), lasciando un recapito (indirizzo) di riferimento.

### IN FORMA

Periodico di informazione e formazione sanitaria dell'ASL NO (Novara)

#### Direttore Editoriale

Mario Minola  
Sergio Bertone  
Arabella Fontana

#### Direttore Responsabile

Elena Vallana

#### Comitato Redazione

Anna Rita Audone  
Andrea Bassetti  
Davide Bordonaro  
Raffaella D'Andretta  
Edoardo Dell'Acqua  
Lorenza Fontana  
Mirella Frattini  
Carmen Gatti  
Alessandra Mondini  
Alberta Paggi  
Paola Pontiroli  
Claudio Teruggi  
Maurizio Robberto

#### Redazione

Ufficio Stampa ASL NO  
Via Dei Mille, 2 - 28100 Novara  
Tel. 0321 374530  
Fax 0321 374546  
e-mail: [ure@asl.novara.it](mailto:ure@asl.novara.it)

#### Grafica e Stampa

Tipografia la Nuova Operaia  
Via Paolo Desana, 13  
Casale Monferrato (AL)  
Tel. 0142.452559

#### Pubblicità

EM STUDIO  
Via Viberti, 1 - 10141 Torino  
Tel. 011.19502529 - 011.19502736  
Fax 011.3853923

#### Registrazione Tribunale di Novara:

Aut. n. 31/97 del 26/07/1997

#### Sito Internet:

[www.asl.novara.it](http://www.asl.novara.it)

#### Messaggi pubblicitari a pagamento:

Ad esclusione di ogni altro soggetto e quindi dell'ASL NO e della EM STUDIO il solo inserzionista è responsabile dei messaggi.

### Sommario

Nuova Terapia Intensiva della S.C. Anestesia e Rianimazione dell'Ospedale S.S. Trinità di Borgomanero	pag. 2 - 3
Nuova dotazione tecnologica per la S.C. Oculistica del Presidio Ospedaliero di Arona. Dono della Fondazione BPN per il Territorio	pag. 4 - 5
Come affrontare la scuola: pillole di buon senso (seconda parte)	pag. 6 - 7
Ambienti di lavoro sani e sicuri! Incontro con gli studenti a Novara	pag. 8
Laboratorio Salute: presentazione dei primi risultati	pag. 8
Eccezionale prelievo multiorgano. Borgomanero - Bilancio positivo per i prelievi di organo nell'anno 2008	pag. 9
Cure termali per le donne in gravidanza? Si può.	pag. 10
Musica... lo sforzo infinito del cuore... di abbracciare l'anima	pag. 11
Chi ci lascia	pag. 11
Un saluto al dott. Carlo Pagani	pag. 11
ASL NO: IV Edizione "Memorial Bruzzi Antonio", Torneo di calcetto	pag. 12
Tutti i servizi per la salute. Dove, come e quando	pag. 12
Comunicare la salute. Quando la salute c'è non dimenticatene ASL NO e BLU RADIO	pag. 12

Si ringrazia Raffaella D'Andretta per la fotografia in copertina

www.bpn.it

**BANCO POPOLARE**  
GRUPPO BANCARIO

## CERCHI UN PRESTITO?

Con soli **7€** al giorno  
subito  
**10.000€**  
in 66 rate mensili da 215,00€

**PERSONAL CREDIT**

Numero Verde  
**800-080060**

**CHIEDI IN FILIALE**

**Banca Popolare di Novara**

Messaggio pubblicitario con finalità promozionale. Per le condizioni contrattuali fanno riferimento i Fogli Informativi disponibili presso le filiali. Offerta valida fino al 31.03.2009 e soggetta ad approvazione della Banca. Taug 10,91%

# Nuova Terapia Intensiva della S.C. Anestesia e Rianimazione all'Ospedale S.S. Trinità di Borgomanero

a cura di Elena Vallana

Mercoledì 11 febbraio 2009, all'Ospedale S.S. Trinità di Borgomanero dell'ASL NO è stata inaugurata la nuova Terapia Intensiva della Struttura Complessa di Anestesia e Rianimazione.

I lavori di costruzione della nuova Struttura sono stati eseguiti nell'ambito dell'intervento generale di "Completamento e riordino del Presidio Ospedaliero di Borgomanero", articolato in quattro fasi distinte, di cui la costruzione del D.E.A./Pronto Soccorso ha costituito la prima fase.

Tale intervento comprende anche ulteriori ristrutturazioni e ampliamenti del Presidio citato: la costruzione della nuova Radiodiagnostica, dell'Anestesia e Rianimazione, del nuovo Quartiere Operatorio e della Torre dei servizi, della nuova Maternità e del nuovo Dipartimento Area Diagnostica, per un importo complessivo di spesa di € 10.500.000,00 (finanziato per € 6.623.559,73 con investimenti statali, per € 348.608,40 con risorse regionali; per € 3.527.831,87 con fondi propri della A.S.L. NO).

Il progetto della nuova Terapia Intensiva è stato elaborato dallo Studio Altieri s.p.a. di Thiene (VI), che ha avuto l'incarico di direzione dei lavori. I lavori (a seguito di gara d'appalto a licitazione privata), sono stati affidati ad una Associazione Temporanea di Imprese: quelli edili alla Ditta Edil Panico soc. coop. di Giugliano in Campania (NA) e quelli impiantistici alla F.Ili Falco s.r.l. di San Nicola La Strada (CE). Il costo dell'opera, eseguita nel pieno rispetto dei tempi contrattuali,



*l'Assessore alla Tutela della Salute e Sanità della Regione Piemonte Eleonora Artesio, porta un saluto ai partecipanti alla cerimonia nell'Aula Magna del Presidio Ospedaliero di Borgomanero*



*l'Assessore alla Tutela della Salute e Sanità della Regione Piemonte Eleonora Artesio inaugura, con il taglio del nastro, la nuova Struttura*

# Un saluto al dott. Carlo Pagani

È improvvisamente mancato Carlo Pagani, Medico di Medicina Generale che svolgeva la sua attività nei Comuni di Colazza, Massino Visconti, Meina, Nebbiuno, e Pisano.

Per più di 30 anni ha svolto con estrema competenza ed umanità la professione medica nel nostro territorio e che lascia un vuoto incolmabile nel cuore.

Come personale del Distretto di Arona lo vogliamo ricordare per tutto quello che era: un amico, un bravo medico, intelligente

ed umano, una persona che sapeva ascoltare e coinvolgere, anche al di fuori dell'ambito lavorativo per ritrovarsi e per il piacere di condividere momenti di spensieratezza.

Un saluto al dott. Carlo Pagani e un ringraziamento per quello che ha dato a tutti noi che lo abbiamo conosciuto e gli abbiamo voluto bene.

*Il personale del Distretto di Arona*

# Chi va in pensione...

Gli auguri di vivere con entusiasmo questa nuova fase della vita certi che non mancheranno nuove occasioni di serenità

NOMINATIVO	DECORRENZA
CUSUMANO SALVATORE	31/01/2009
PETRUCCELLI ORNELLA	31/01/2009
CRESPI MARIA LUISA	28/02/2009
FORTINA FELICE	17/03/2009
NICOSANTI AVIS	31/03/2009
ANNA FONTANA	31/03/2009

# MUSICA... lo sforzo infinito del cuore... di abbracciare l'anima

A cura di Paola Pontiroli, Collaboratrice dell'OSRU, Organizzazione e Sviluppo Risorse Umane

Il Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura (SPDC) di Borgomanero del Dipartimento Salute Mentale Nord ha realizzato, in occasione delle passate festività natalizie, l'opuscolo "MUSICA...lo sforzo infinito del cuore di abbracciare l'anima", per portare a tutti un messaggio augurale e per far conoscere i propri ospiti all'esterno della realtà del reparto. Abbiamo incontrato la dott.ssa Piera Mainini, Responsabile della Struttura, che spiega come ogni anno il Servizio cerchi di realizzare una piccola pubblicazione per rendere più "visibili" i propri pazienti, raccogliendo le loro sensazioni ed esperienze legate ad attività artistiche svolte.

L'opuscolo contiene le espressioni emotive emerse tra gli ospiti del servizio durante le attività musicali. La musica suscita emozioni, attiva sensazioni malinconiche o sentimenti di felicità, lenisce particolari stati d'animo - dichiara Piera Macinini - Tutti noi abbiamo provato come in alcuni brani la magia delle parole si fonde con l'armonia delle note, toccando l'anima nel profondo. Gli ospiti del Servizio attraverso la disponibilità e la capacità personale dell'equipe di Infermieri e Medici sono stati coinvolti nel "fare musica"; hanno ascoltato i brani proposti dal personale sanitario ed hanno trascritto quanto provato. L'opuscolo contiene una selezione di queste frasi ed è divenuto strumento di espressione di sentimenti spesso raggelati dalla sofferenza di coloro che, stigmatizzati, desiderano sola-

mente essere considerati persone.

*"...la voglia di aprire le finestre e vivere... dimenticando il passato, guardando avanti..."*

**MUSICA...**  
*lo sforzo infinito del cuore... di abbracciare l'anima*



**Pensieri, impressioni, immagini della mente che diventano canzone. Nella sua musica vibrano le note di emozioni tormentate.**

Da parte degli operatori del Servizio Psichiatrico di Diagnosi e Cura DSM/Nord ASL-NO

D

Con il contributo di:

Dussmann-Service

# CURE TERMALI PER LE DONNE IN GRAVIDANZA? Si può

a cura di Maurizio Robberto, collaboratore Direzione Medica dei Presidi Ospedalieri Riuniti – sede di Borgomanero

Via libera alle cure termali anche per le donne in gravidanza, ma con limitazioni. Un recente studio, effettuato dal dott. Damiano Mones del Servizio Prevenzione e Sicurezza Ambienti di Lavoro (SPRESAL) dell'ASL NO, ha affrontato questo tema e la ricerca è stata oggetto di una tesi di specializzazione in Idrologia Medica i cui risultati verranno comunicati nei prossimi mesi.

“L'impiego delle acque termali per idroterapia, nel bacino del Mediterraneo, era conosciuto fin dai tempi antichi, come evidenziato dai reperti archeologici, dalle testimonianze letterarie e dalle numerose epigrafi. Proprio il

nostro Paese è stato all'avanguardia in tale settore sviluppando un sistema termale collegato anche al Servizio Sanitario Nazionale mediante una serie di cure convenzionate.

Tra i trattamenti termali ve ne sono alcuni molto validi ma che possono presentare delle controindicazioni soprattutto in alcuni soggetti ed in determinate situazioni.

Tra questi ci sono le donne in gravidanza. Infatti molto spesso però la donna che si reca alle terme si sente negare una serie di cure e trattamenti termali proprio dallo stesso medico che dovrebbe invece tutelarla da questo di punto di vista e garantirle una terapia utile in questo settore.

Questa presa di posizione non è sempre supportata da basi scientifiche valide. Ci si basa infatti su vecchie abitudini che non tengono degli sviluppi in questo settore. E' doveroso

ricordare che, negli ultimi venti anni, proprio nel settore ostetrico si siano sfatati una serie di preconcetti diffusi, che portavano a restrizioni per le gravide senza una ragione logica (ad esempio del sale nella dieta, che prima veniva disincentivato perché si riteneva legato ai casi di ipertensione gravidica e addirittura alla eclampsia).” Il lavoro effettuato ha sfatato alcuni di questi tabù.

E' emersa una proposta di linee guida che evidenzia come le vere controindicazioni legate alle cure termali nella donna in gravidanza in realtà sono poche e quasi esclusivamente limitate all'utilizzo dei mezzi termali con alte temperature, ad esempio bagni e fanghi superiori ai 39° gradi. Sono poi sconsigliate, per assenza di dati statistici, le cure arseniccate, radioattive e carboniche.”

## LE TERME IN ITALIA

Già dai tempi di Ippocrate si incoraggiava l'uso delle terme spiegando i caratteri benefici delle acque e le loro caratteristiche curative che sono state confermate dalla Medicina Scientifica Moderna.

In Italia sono 380 gli stabilimenti, di cui 246 di medio grandi-dimensioni. 177 sono collocati al Nord, con una forte prevalenza nel Veneto (110), 56 al Centro Italia, 147 al Sud ed Isole, con alta concentrazione in Campania (114), la Regione con il maggior numero di stabilimenti.

Le tipologie di acqua sono utilizzate per varie patologie e questo rimedio si propone l'obiettivo di affiancare i moderni metodi di cura non come medicina alternativa, piuttosto ausiliaria nel mantenimento e nel recupero della salute.

La scelta delle terme della terapia patologica  
Fonte "Il Sole 24 ore on line"

PATOLOGIA	DISTURBI	TIPO DI ACQUA	TERAPIE FORMALI
Malattie ginecologiche	Leucorrea persistente da vaginiti croniche; cervicovaginiti distrofiche; sclerosi dolorosa e del connettivo pelvico (dolore pelvico, in genere di natura cicatriziale)	Acqua marina, acque alcaline, acque bicarbonato e sulfuree	Bagnoterapia (bagni personalizzati che prevedono tempi diversi di durata, programmati in base alla situazione della singola paziente); talassoterapia (cure con acqua marina); irrigazioni vaginali
Malattie reumatiche e dell'apparato locomotore	Osteoartrosi; discopatie; spondilite anchilosante; lombalgie; dolori reumatici di natura muscolare; tendinite; tenosinoviti; periartriti; mialgie	Acque alcalino bicarbonato; alcalino terrose; acque calciche; salsobromoidiche e sulfuree; acqua marina	Fanghi; bagnoterapia; grotte calde (si tratta di una specie di sauna eseguita in un ambiente naturale); sabbie
Malattie cutanee	Psoriasi; eczema; dermatite atopica; dermatite seborroica	Acqua marina; acque sulfuree; bicarbonato clorurate	Bagnoterapia (per esempio con Sali del Mar Morto)
Malattie gastrointestinali ed epato-biliari	Dispepsie (cattiva digestione) gastroenteriche e biliari; rallentato svuotamento gastrico; intestino irritabile con stipsi	Acque bicarbonato; acque oligominerali; acque solfate; acque salsosolfate; acque salse; acque sulfuree	Cure idroponiche (la terapia consiste nel bere acqua con certe proprietà secondo uno schema personalizzato per ogni paziente)
Malattie otorinolaringoiatriche	Otite media cronica; otosalginiti; faringiti croniche; laringiti croniche; riniti vasomotorie; rinosinusiti croniche; stenosi tubariche	Acque alcaline; acque bicarbonato; acque sulfuree; acque salsobromoidiche; acque marine	Inalazioni; docce nasali; insufflazioni; aerosol
Malattie respiratorie	Broncopatia cronica ostruttiva (BPCO); bronchiti croniche; bronchiectasie; broncopatie croniche da esposizioni ad agenti irritanti e inquinanti; tracheiti; tracheobronchiti	Acque marine; bicarbonato; sulfuree; salsobromoidiche; solfuree salse	Inalazioni, grotte; talassoterapia; aerosol
Patologie prevalenti agli arti inferiori	Flebopatie; sindromi varicose; sindromi postflebitiche (esiti delle flebiti); distrofie cutanee da stasi venosa; edemi e crampi dovuti a stasi vascolare come esito di safenectomie	Acque carboniche e sulfuree	Bagni; ginnastica eseguita in percorsi vascolari specifici con acque a diverse temperature "ginnastica vascolare"; idromassaggio
Malattie apparato urinario	Calcolosi delle vie urinarie e recidive	Acque bicarbonato; acque oligominerali; acque sulfuree	Cure idroponiche
Malattie allergiche	Riniti allergiche	Acque salsosolfate e oligominerali	Inalazioni; aerosol
Convalescenza	Fasi avanzate di recupero da patologie di interesse chirurgico	Acque arseniccate; ferruginose e sulfuree	Bagnoterapia; fanghi; inalazioni

ammonta a € 1.200.000 circa. Infine, per la dotazione di arredi, attrezzature e apparecchiature sono stati spesi circa € 600.000, finanziati dalla Regione Piemonte. La nuova Terapia Intensiva occupa una superficie di circa 600 mq ed è collocata in un'area strategica del Presidio Ospedaliero, in prossimità del nuovo DEA/Pronto Soccorso, del Blocco Operatorio che sarà completato nel 2010 e al di sopra del Servizio di Radiodiagnostica, ormai in fase di ultimazione.

I nuovi locali - totalmente condizionati - sono stati progettati in modo tale da rispondere sia alle esigenze dei pazienti, garantendone il monitoraggio diretto da parte degli operatori sanitari e l'isolamento (qualora necessario), sia alle necessità degli operatori sanitari, assicurando modalità di lavoro efficienti grazie alla dotazione di attrezzature all'avanguardia e di ampi spazi per l'esecuzione delle manovre di emergenza e rianimazione e per le attività di supporto. Particolare attenzione è stata posta anche per soddisfare le richieste dei parenti, offrendo la possibilità di stare vicino ai propri cari.

La Struttura di Anestesia e Rianimazione si avvale della qualificata professionalità di uno staff composto da Anestesisti, Infermieri Professionali e personale di sostegno sotto la direzione del dott. Emilio Moretti coadiuvato dalla Capo Sala Paola Alberganti.

L'attività degli operatori è dedicata all'assistenza avanzata dei pazienti critici, ricoverati nei sei posti letto attivati, seguendo un ideale percorso terapeutico:

- ad una prima fase di emergenza, caratteristica della "Rianimazione", con il paziente in potenziale e/o imminente pericolo di vita (sostegno e ripristino del-



le funzioni vitali compromesse, manovre strumentali invasive, monitoraggi multiparametrici, trasporto protetto), segue la fase successiva, particolarmente delicata e complessa, della "Terapia Intensiva";

- in questa seconda fase al paziente "acuto" viene fornito un sostegno clinico ad elevata specializzazione, che integra le conoscenze mediche, l'assistenza infermieristica e le tecnologie modernissime quali la monitorizzazione con apparecchiature di ultima generazione, nuovi sistemi di infusione farmaci, molteplici controlli a distanza dei parametri emodinamici e ventilatori dei pazienti.

La Rianimazione e Terapia Intensiva di Borgomanero è anche in grado di fornire una qualificata assistenza durante le fasi di prelievo d'organo in presenza di un donatore. Nella nuova Rianimazione, oltre all'aspetto tecnologico - afferma Emilio Moretti - è stata data par-

icolare attenzione agli aspetti relativi all'umanizzazione, con la possibilità per i familiari di avvicinarsi al letto del malato, sotto l'osservazione costante del personale medico ed infermieristico che si prende cura dei pazienti loro affidati.

L'attività di emergenza rappresenta una "risposta salvavita" ed è per questo che la realizzazione di questa Struttura - evidenzia il Direttore Sanitario dell'ASL NO, Arabela Fontana - è un ulteriore passo in avanti nella tutela della salute degli utenti che si rivolgono ai nostri Presidi Ospedalieri.

La nuova Terapia Intensiva della S.C. Anestesia e Rianimazione - afferma il Direttore Generale, Mario Minola - conferma l'impegno aziendale a migliorare l'assistenza ai nostri cittadini. Le nostre eccellenti risorse professionali unite ad una tecnologia d'avanguardia, collocate in spazi idonei a garantire la salvaguardia della dignità del malato, consentono di assicurare prestazioni efficaci e di elevato livello nel momento più delicato della fase acuta delle malattie nella nostra popolazione.



## AMBIENTI DI LAVORO SANI E SICURI! Incontro con gli studenti a Novara

A cura di Davide Bordonaro, CPSE del Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

“Ambienti di lavoro sani e sicuri” è il titolo dell'evento che si è tenuto venerdì 13 febbraio 2009 dalle all'Istituto Fauser in via Ricci n. 14 a Novara, organizzato dal “Comitato Paritetico Territoriale per la Prevenzione Infortuni, Igiene e l'Ambiente di Lavoro” della Provincia di Novara, e il Servizio per la Prevenzione e la Sicurezza degli Ambienti di Lavoro (SPRESAL) del Dipartimento di Prevenzione dell'ASL NO, in collaborazione con l'ISPESL, l'INAIL, la Scuola Edile, la Direzione Provinciale del Lavoro e l'ANMIL.

L'iniziativa ha voluto:

- promuovere negli studenti la conoscenza degli Enti che tutelano la salute e la sicurezza dei lavoratori, attraverso le testimonianze dirette di chi ogni giorno si adopera per migliorare la qualità della vita nei luoghi di lavoro;
- presentare e approfondire il tema della campagna europea attraverso la presentazione dei concetti di pericolo, rischio e misure di prevenzione; i soggetti della prevenzione e la valutazione dei rischi in azienda;
- presentare i progetti di promozione della salute attuati nelle scuole dallo SPRESAL dell'ASL NO, che hanno come scopo principale diffondere la cultura della tutela della propria salute e sicurezza, facendo lavorare gli studenti sui concetti di pericolo, rischio e, soprattutto, sulle modalità di attuazione della prevenzione.

L'incontro è stato organizzato nell'ambito della “Campagna Europea per la salute e la Sicurezza sul lavoro 2009” che intende fare dell'Eu-



ropa un posto dove si lavora in modo sano e sicuro attraverso la promozione di attività che contribuiscano a prevenire i rischi in ambito lavorativo.

Tale campagna, è divenuta l'evento più diffuso in Europa per quanto riguarda la promozione della sicurezza e della salute sul luogo di lavoro, costituendo un'opportunità unica per ricondurre l'attenzione tali temi.

La campagna, promossa dall'Agenzia Europea per la sicurezza e la salute sul lavoro, coinvolge datori di lavoro, lavoratori, rappresentanti della sicurezza, operatori, servizi di prevenzione, responsabili delle politiche e altre parti interessate nel miglioramento della valutazione del

rischio sul posto di lavoro.

Per il biennio 2008/2009 il tema della campagna è “Ambienti di lavoro sani e sicuri” e lo scopo è quello di promuovere un approccio gestionale integrato alla valutazione del rischio che costituisce la pietra miliare dell'approccio europeo per la tutela della sicurezza e della salute sul lavoro.

Se il processo di valutazione del rischio viene realizzato in maniera non adeguata o se tale processo non viene realizzato, è improbabile che vengano attuate corrette misure preventive.

L'integrazione della cultura della sicurezza e salute sui luoghi di lavoro, ha in ambito scolastico un ruolo chiave per lo sviluppo della prevenzione al fine di insegnare ai giovani a vivere ed a lavorare in un ambiente sicuro.

L'attività dell'Agenzia Europea per la sicurezza raccomanda che “l'educazione alla prevenzione” sia integrata nei programmi scolastici, affinché si contribuisca alla costituzione di una cultura europea della prevenzione.

È in questo contesto che si è inserita l'iniziativa per poter contribuire alla crescita della cultura della tutela dalla salute e della sicurezza sul lavoro, affinché diventi un costume di vita, ovvero modello di comportamento e scelta di progresso.

rapporto genitori-figli, realtà sociale locale) distribuito dal personale della Neuropsichiatria Infantile ai genitori, agli insegnanti ed agli allievi della scuola primaria di Vespolate e Borgolavezzaro e di quella secondaria di primo grado di Vespolate.

L'azione educativa e formativa della scuola è essenziale per favorire nei giovani l'acquisizione e la messa in pratica di competenze e conoscenze che, – afferma Lorenzo Brusa, Referente educazione e promozione alla salute dell'ASL NO - in modo motivato, possano condurre a stili di vita orientati al benessere e alla prevenzione.

Per diffondere in tutti gli ambiti la cultura del benessere è importante che i vari progetti di “Promozione della salute” coinvolgano oltre alla ASL anche i Comuni e altre Istituzioni presenti sul territorio.

E' sulla base di tali presupposti che nasce il Laboratorio salute – dichiara Roberta Grossi, Medico del Servizio di Prevenzione e Sicurezza negli ambienti di Lavoro dell'ASL NO - un intervento multidisciplinare, voluto e coordinato dalle Amministrazioni Pubbliche. Il progetto ha lo scopo di diffondere la cultura della prevenzione e della promozione della salute in tutti gli ambiti di vita attraverso la sensibilizzazione e la formazione di studenti, di insegnanti con il coinvolgimento dei genitori.

## Laboratorio Salute: presentazione dei primi risultati

a cura di Davide Bordonaro,  
CPSE del Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione

Venerdì 27 febbraio 2009 nella Sala Polivalente Zabarini in via Don Minzoni a Vespolate, sono stati presentati i primi risultati dell'indagine condotta da Laboratorio Salute.

Laboratorio salute nasce nel 2006, su iniziativa delle Amministrazioni Comunali di Borgolavezzaro, Garbagna Novarese, Nibbiola, Sozzago, Terdobbiate, Tornaco e Vespolate con il coinvolgimento, nella prima fase progettuale, dell'Istituto Comprensivo di Vespolate, del Servizio Igiene degli Alimenti e della Nutrizione, della Medicina sportiva e del Servizio Tossicodipendenze dell'ASL NO, del Consorzio Socio Assistenziale (CISA 24), dei Medici di Medicina Generale e dei Pediatri di Libera Scelta.

Dal 2007 si sono aggregati il Servizio di Prevenzione e Sicurezza degli Ambienti di Lavoro, la Neuropsichiatria Infantile e il Dipartimento Materno Infantile dell'ASL NO, con la consulenza del Referente dell'educazione e promozione alla Salute dell'Azienda Sanitaria Locale di Novara, in quanto tale progetto necessita di metodologia e di verifiche periodiche.

L'incontro ha voluto far conoscere alla popolazione gli esiti del questionario “La salute comincia da me facciamo il primo passo” (benessere psicologico,



Nella foto parte dell'équipe di Oculistica, da sinistra: Vincenzo Ferrara Oculista, Mario Minola, Vito Belloli, Franco Zanetta, Laura Baraggia Ortottista, Giorgio Francesco Pacelli Oculista, Caterina Pisano Oculista e Arabella Fontana Direttore Sanitario ASL NO



un vero esame istologico eseguito in vivo. Tale apparecchiatura è in grado di ottenere, in tempi rapidi di esecuzione, immagini tomografiche ed angiografiche tridimensionali, con possibilità di analizzare i particolari anatomici del tessuto retinico e coroideale, migliorando così la diagnosi delle malattie retiniche.

Il Pattern Scan Laser permette di eseguire trattamenti laser per malattie retiniche in modo più rapido

ed efficace, riducendo la potenza laser necessaria per ottenere un effetto terapeutico.

La nuova dotazione tecnologica per la Struttura di Oculistica diretta dal dott. Vito Belloli – afferma il Direttore Generale, Mario Minola – conferma l'impegno aziendale a migliorare l'assistenza ai nostri cittadini. Tale intervento è stato reso possibile grazie al contributo determinante della Fondazione B.P.N. per il Territorio, che ha donato all'Ospedale di Arona

300.000 €. Il connubio della nuova tecnologia con le nostre eccellenti risorse professionali non potrà che assicurare risultati di sicuro rilievo per il benessere del nostro territorio e la prevenzione delle malattie oculistiche sempre più frequenti a causa del progressivo invecchiamento della popolazione.

### La Fondazione B.P.N. per il Territorio

Con l'acquisizione delle nuove apparecchiature oculistiche prosegue il progetto di innovazione tecnologica nell'ASL NO, finanziato dalla Fondazione B.P.N. per il Territorio, presieduta dall'avv. Franco Zanetta, che ha messo a disposizione dei Presidi Ospedalieri di Arona e Borgomanero 750.000,00 €: 150.000,00 € per l'acquisto nel 2006 di attrezzature destinate al DEA/Pronto Soccorso di Borgomanero e, nel 2008, 300.000,00 € per il litotritore multimodulare extracorporeo ed altrettanti 300.000,00 € per l'acquisizione di apparecchiature innovative – inaugurate oggi – per la Struttura di Oculistica dell'Ospedale di Arona. Si tratta di un progetto di grande importanza strategica per l'Azienda e per tutti i cittadini che fruiscono delle prestazioni degli ospedali di Arona e Borgomanero, per dotare tali Presidi di un parco tecnologico innovativo ed adeguato al loro ruolo, finalizzato alla diagnosi ed alla cura delle malattie attualmente più diffuse.

Si rinnova in tal modo quella tradizione di solidarietà che ha visto la Banca Popolare di Novara prima e la Fondazione B.P.N. per il Territorio poi, partecipi e presenti nel sostegno alle iniziative promosse dall'ASL NO, in favore della salute dei propri cittadini.

**A. P. A. S.** **Pubblica Assistenza - ONLUS**  
**NOVARA SOCCORSO**  
Servizio Ambulanza - Trasporti-dimissioni - visite fiscali e specialistiche in Italia e all'estero.  
Trasporti da e per Aeroporto Malpensa  
Via dell'Artigianato, 12 - NOVARA Tel. 0321 456600 - Fax 0321 185066  
E-mail: novarasoccorso@libero.it

# COME AFFRONTARE L'ANNO SCOLASTICO

## Pillole di buon senso

Intervista al dott. Lorenzo Brusa, Dirigente Medico Responsabile dell'Educazione alla Salute dell'ASL di Novara a cura di Raffaella D'Andretta. Continuano i consigli del dott. Brusa per affrontare con serenità ed entusiasmo l'anno scolastico **dal numero precedente (n. 6/2008)**

### Come studiare a scuola:

Lo studio inizia in classe. Il primo passo per tenere a mente almeno la maggior parte dei concetti che l'insegnante spiega è prendere appunti.

Saper prendere appunti porta a:

- cominciare a fissare nella mente nozioni e concetti;
- verificare se uno ha capito ciò che si discute;
- annotare ciò che è fondamentale per saper ricostruire la lezione spiegata.

E' utile anche appuntare sul diario non solo le comunicazioni ufficiali, ma anche i suggerimenti dell'insegnante, gli esercizi consigliati, i ripassi.

Un altro momento importante da non sottovalutare sono le prove scritte in classe.

Ecco alcuni suggerimenti:

1. La prima cosa è mantenere la calma.
2. Controllare il tempo a disposizione e, in base a quello, distribuire le fasi del lavoro da eseguire così da poter rivedere l'elaborato scritto con la dovuta attenzione.
3. Scrivere in modo ordinato, pulito, chiaro, onde evitare perdite di tempo per capire cosa si è scritto, e per non indisporre chi corregge.
4. Non copiare per evitare gli errori degli altri: copiare non aiuta a sviluppare l'intelligenza ma può creare delle inibizioni.
5. Prima di consegnare leggere con attenzione ciò che si è scritto, assicurandosi di avere capito quanto è stato richiesto.

### Come studiare a casa:

Naturalmente a casa è più agevole studiare che non in classe. Conoscenza dell'ambiente, tempi dedicati allo studio, metodo e altro ancora vengono scelti dallo studente.

Si comincia innanzitutto dallo spazio, possibilmente si sceglie per un posto dove ci si possa isolare facilmente. Bisogna evitare assolutamente: telefono, TV, radio, almeno in quel momento ed, inoltre, sopra la scrivania si deve avere a portata di mano solo ciò che effettivamente serve: quaderni, testi, strumenti necessari.



E' opportuno pianificare la settimana, predisponendo un breve programma di studio aggiornando l'agenda degli impegni scolastici. Per fare ciò si potrebbe utilizzare una tabella dove inserire le ore pomeridiane in cui si intende studiare.

Lo studente può inserire le attività personali alle quali non vuole rinunciare (sport, amici, TV e cinema, altro), ma deve tenerne conto che il suo lavoro è lo studio; può segnarsi quando svolgerà le esercitazioni scritte, così in precedenza potrà prima studiare per bene la teoria.

Tenendo un'agenda "scolastica" si potranno evitare pomeriggi zeppi di impegni ed altri completamente vuoti in cui non si sa bene cosa fare.

### A questo punto persino il pomeriggio si riuscirà a ben organizzare:

Cominciare dividendo il tempo in "unità di lavoro" (ad esempio 40 minuti di studio seguiti da 10 minuti di relax); alternare le materie, evitando di passare troppo tempo su una sola; nutrirsi anche di alimenti che favoriscono la memoria, la concentrazione, almeno per quei giorni in cui gli studi richiedono maggiore impegno.

Pertanto sarà possibile organizzare le materie orali e quelle scritte. Per le orali sono auspicabili tre fasi.

**Prima fase:** lettura del testo per farsi un'idea generale dell'argomento, ma anche per apprendere concetti e termini nuovi. Sarebbe indispensabile la consultazione di un vocabolario; lettura per suddividere il testo in paragrafi, sottolineare i punti essenziali, riassumendoli a margine o con schemi.

**Seconda fase:** analizzare i singoli paragrafi, collegandoli via via, finché non si riesce a ricostruire l'argomento complessivo con parole proprie; tale ricostruzione andrebbe effettuata a voce alta, e non a mente, evitando di distrarsi e concentrandosi

sulle parole che si stanno usando.

**Terza fase:** Il giorno precedente quello fissato per le interrogazioni:

- rileggere il testo, consultando gli appunti, gli schemi ed i riassunti fatti;
- provare ad immaginare l'interrogazione, formulando domande su argomenti in generale e sulle parti che li contengono;

Riguardo le esercitazioni scritte, possibilmente vanno eseguite lo stesso giorno in cui sono assegnate, questo dopo aver studiato o ripassato le regole da applicare per eseguire.

### Attività fisica

L'antico detto "mens sana in corpore sano" è sempre più attuale. Lo sport, infatti, oltre a migliorare la forma fisica migliora la capacità di attenzione e l'autostima.

Spesso, all'inizio dell'anno scolastico, specialmente se lo studente si trova ad affrontare l'incognita di un nuovo ciclo di studi, oppure se è reduce da un'annata didatticamente "difficile", può accadere che venga decisa in famiglia la rinuncia alla pratica regolare di uno sport, visto soprattutto come una distrazione dagli impegni di studio. Così facendo, se da un lato si rendono disponibili alcune ore in più nell'arco della settimana da trascorrere sui libri, dall'altro si rinuncia ai considerevoli vantaggi che la pratica sportiva può comportare per uno studente.

Attenzione: non mi riferisco solo agli indubbi vantaggi che l'attività motoria genera dal punto di vista fisico, ma anche e soprattutto a quelli psicologici nonché mentali, sicuramente meno conosciuti e considerati, ma non per questo di scarsa importanza.

Recenti ricerche scientifiche hanno evidenziato positive ripercussioni sul carattere dei ragazzi, direttamente proporzio-

nali alla loro capacità di coordinazione: sentirsi in grado di gestire e controllare molto bene le azioni del proprio corpo accresce la padronanza di sé, garantendo maggior sicurezza e determinazione nell'affrontare qualsiasi situazione (per esempio: un'interrogazione a scuola). Questa convinzione di possedere i mezzi adeguati deriva dall'armonia tra la sfera fisica e quella psichica della persona, che agiscono in perfetta sintonia. Le diverse ore settimanali dedicate a uno sport, specie se praticato in forma organizzata, non risultano poi tempo sprecato ai fini del rendimento scolastico, perché concorrono a:

- migliorare la capacità di attenzione (utile per seguire le spiegazioni in classe)
- sviluppare l'abitudine alla concentrazione (fondamentale per qualunque studente)

- incrementare lo spirito di iniziativa (sempre apprezzato dagli insegnanti)
- accrescere l'autostima (importantissima nel percorso di crescita dell'individuo)
- allenare al controllo delle emozioni (utilissimo in fase di interrogazione o esame).

Infine, quando lo sport praticato prevede l'apprendimento di schemi (questo avviene soprattutto in giochi di squadra come pallavolo, basket, calcio, pallanuoto, ecc...) oppure di precise sequenze motorie (ad esempio nella ginnastica artistica o nella danza) per l'esecuzione di un esercizio, viene allenata e stimolata in modo piacevole la capacità di memorizzazione, dote ovviamente preziosa per qualunque studente.



## PARAFARMACIA EMMEBI



farmaci da banco, omeopatia, integratori alimentari, cosmesi, prodotti per l'infanzia, prodotti veterinari, automedicazione ed elettromedicali.

**a breve sarà attivo il servizio di prenotazione delle forniture di assorbenza, incontinenza e presidi per diabetici**

C.so XXIII MARZO, 103/a - 28100 Novara Tel. 0321.515337 - Fax 0321.627676

Orari: lun-mar-gio-ven 8.30/13.00-15.30/19.00 - mer-sab 8.30/12.30