

MelzoSalute



CITTÀ di MELZO
Città metropolitana di Milano

a cura delle Farmacie Comunali di Melzo Dicembre 2023

La Salute sotto l'albero

**JL FARMACIE
TF COMUNALI**

Azienda Speciale Comune di Melzo

LE FARMACIE DEI SERVIZI



Caro Lettore

Continuiamo con questo terzo numero di MelzoSalute a raccontare quali sono le novità ed iniziative delle Farmacie Comunali della nostra città. Vogliamo da subito ringraziare i tantissimi Melzesi che utilizzando il buono sconto dell'ultimo numero della rivista hanno potuto incontrare e consultare il nostro personale delle nostre due farmacie toccando con mano il livello di preparazione e competenza in una **organizzazione** in costante crescita. Sempre con un occhio rivolto al **futuro** ci interroghiamo e dibattiamo al nostro interno su quale possa essere il ruolo delle Farmacie Comunali del nuovo millennio.

Siamo convinti oltre che da luogo dove reperire medicinali, dispositivi medico chirurgici, integratori e prodotti per la cura del corpo ci si possa evolvere verso una realtà incentrata sull'erogazione di servizi di monitoraggio dello stato di salute, per aiutare la popolazione a prendersi cura di sé.

È assolutamente chiaro che l'obiettivo delle autorità sanitarie è quello di creare una **rete di infrastrutture** che siano in grado di cooperare fra di loro al fine di mettere il paziente al centro del loro operato per potersene prendere cura in maniera preventiva prima che curativa. Interpretando in pieno tale linea di sviluppo stiamo concretamente costruendo le nostre **farmacie dei servizi** su due fondamentali capisaldi quali alcune modifiche organizzative della linea manageriale dell'Azienda Speciale e accordi con professionisti della salute locali per la erogazione dei servizi.

Siamo infatti convinti che tralasciando ormai vetusti modelli di gestione verticistica delle dinamiche organizzative si debba passare ad un modello di lavoro di **team** dove ogni componente dell'azienda dal Direttore Generale al farmacista collaboratore possa partecipare anche al processo di costruzione delle iniziative condividendo idee e proposte di metodo.

Per quanto riguarda il primo pacchetto di nuovi servizi che a breve saranno presenti nelle nostre farmacie, vi invitiamo a partecipare all'evento del **14 dicembre a Palazzo Trivulzio** a Melzo, in questa serata vi presenteremo alcuni di questi servizi disponibili dal nuovo anno.

Celebreremo in quella sera anche un bellissimo anniversario: **10 anni di storia del nostro punto vendita di via Mantova** un investimento e una scommessa di crescita vinta sotto gli aspetti dall'Azienda Speciale.

Ricco di spunti di riflessione e articoli scientifici anche questo numero di MelzoSalute con il quale vogliamo raccontare anche il grandissimo successo della nostra iniziativa di ottobre in collaborazione con il Comune: la Giornata del Benessere. Non mancano come sempre gli articoli ad indirizzo scientifico e qualche altra sorpresa.

Buona Lettura

Il CDA dell'Azienda Speciale Comune di Melzo



A MELZO LA PREVENZIONE...

ha messo le ruote!!

Si dice che “prevenire è meglio che curare” ma, in quali ambiti ella prevenzione possiamo intervenire?

La prevenzione inizia con la consapevolezza. In Farmacia vogliamo quindi fornire informazioni sulla gestione del proprio stato di salute, informare le persone sui rischi legati a comportamenti a rischio e promuovere comportamenti salutari.

Nel campo della **Prevenzione delle Malattie** rivestono importanza le vaccinazioni mentre **Screening e Test preventivi** possono individuare precocemente condizioni mediche, consentendo interventi tempestivi prima che si sviluppino sintomi gravi. Sulla prevenzione delle malattie e sulla promozione del benessere è essenziale consentire alle persone di prendere decisioni informate. Favorendo **uno stile di vita sano tramite un'educazione sulla nutrizione** e di diete equilibrate si **preverranno l'obesità, il diabete e le malattie cardiache.**

La **Prevenzione dei Disturbi Mentali** include la **promozione del benessere mentale** attraverso pratiche come la gestione dello stress, la consapevolezza emotiva e il supporto psicologico.

La **Prevenzione delle Dipendenze** coinvolge l'**educazione sulle sostanze**, la consapevolezza dei rischi legati all'abuso di droghe e alcol, e l'accesso a programmi di trattamento. **In sintesi la prevenzione, nella salute, coinvolge una serie di strategie ed interventi che mirano a prevenire l'insorgenza di malattie, promuovere uno stile di vita sano e migliorare la qualità complessiva della vita.** L'approccio preventivo è considerato uno degli aspetti chiave per affrontare sfide globali legate alla salute e per ridurre il carico di malattie nella società.

Quindi perché non promuovere la Prevenzione nelle nostre Farmacie? Prendendo le mosse dall'idea proposta dall'Amministrazione Comunale di dedicare un'intera giornata al “Benessere”, perché non includervi la prevenzione?

Quindi con grande entusiasmo le **Farmacie Comunali** in collaborazione con l'**Assessorato** hanno concretizzato l'iniziativa **LILT** (Lega Italiana Lotta ai Tumori): per tutta la Giornata del Benessere, nella piazza di Melzo, l'ambulatorio mobile della LILT, con a bordo una medichessa senologa, un radiologo ed un apparecchio mammografico è stato svolto uno **screening senologico per la prevenzione dei tumori al seno che ha coinvolto 54 donne in maniera del tutto gratuita.** Hanno provveduto infatti le Farmacie Comunali a sponsorizzare interamente l'intervento investendo nella salute dei cittadini.

I nostri Farmacisti hanno raccolto le prenotazioni nei giorni precedenti la giornata del Benessere,



provveduto a consegnare i referti, a dare informazioni. Vista la grande partecipazione e fermatisi a riflettere sul grande valore sociale di questo tipo di iniziativa, gli **Amministratori di Azienda Speciale** hanno deciso di proseguire su questa strada e, nel futuro immediato, di farsi **promotori di altre azioni mirate alla prevenzione nelle Farmacie Comunali.**

Personalmente ringrazio tutta la Cittadinanza per la partecipazione che ha conferito all'investimento un esito positivo e ci ha fatto capire in quale direzione orientare il nostro impegno nella scelta dei servizi da mettere a disposizione della popolazione. Questo è stato solo un esempio di come gli utili delle Farmacie Comunali vengano reinvestiti per la Città di Melzo, quindi ringrazio anche tutti coloro che servendosi delle Farmacie Comunali, ogni giorno, contribuiscono a creare utile insieme a tutti coloro che ci lavorano con passione, ogni giorno.

L'orgoglio di lavorare per la società

Dott.ssa Giulia Ferrari
Direttrice Generale ASCM

LA COSMESI: un tocco di magia e tanta scienza

Oggi esploreremo insieme il magico e scintillante mondo della cosmetica, passando attraverso il suo cardine: la scienza.

Sarà la Dott.ssa Laura a condurci in questo piccolo viaggio partendo dalla scienza, appunto, la quale ci dice che la pelle è come il mantello protettivo del nostro corpo, la sua struttura prevede 3 strati: **l'ipoderma** è lo strato più profondo che gioca un ruolo fondamentale nel mantenere il calore corporeo;

il derma che è lo strato intermedio, qui troviamo ghiandole sebacee, che producono il sebo ed è qui che è presente l'acido ialuronico. Infine **l'epidermide** che invece è lo strato più sottile e più superficiale, contiene cellule chiamate cheratinociti, che ci proteggono dai nemici esterni come il sole e i batteri. La pelle è composta per il 70% da acqua e per il 30% da minerali grassi e proteine ed è quindi fondamentale mantenerla **idratata e ben detera** con specifici prodotti cosmetici.

Come scegliere tra la grande varietà di prodotti cosmetici?
Per scegliere il giusto prodotto è utile sapere che **esistono diversi tipi di pelle**, raggruppabili in tre grandi categorie: pelle grassa, pelle sensibile ed infine pelle secca.

La pelle grassa è dovuta ad un'iper-seborrea generalmente causata da un'aumentata attività ormonale e a cause genetiche. Può essere localizzata su fronte, naso e mento. La pelle risulta unta e lucida, il colorito spento e presenta imperfezioni come comedoni e papule.

La pelle sensibile si manifesta con sensazione di bruciore, calore o pizzicore, è scatenata da fattori «lievi» come l'esposizione a UV, sbalzi di temperatura, inquinamento e può anche peggiorare in caso di forti emozioni e/o stress.

La pelle secca appare alla vista come arida, ingrigita e screpolata, al tatto, invece, risulta ruvida, irregolare e fragile. Può essere causata da fattori esterni quali freddo, vento, esposizione eccessiva ai raggi UV, prodotti cosmetici troppo aggressivi o scarso apporto di acqua all'organismo. In altri casi è una costante per tutta la vita e può essere associata a problemi di pelle più seri, come ittiosi ed eczemi.

Ogni tipo di pelle richiede il Suo prodotto, in relazione anche al risultato che si vuole ottenere o problema da risolvere. Possiamo però affermare che un comune denominatore a tutti i tipi di pelle sia **l'idratazione**.

Non solo la pelle secca deve essere idratata ma tutti i tipi di pelle devono essere sottoposti ad una buona **idratazione giornaliera!** Possiamo quindi concentrarci su un ingrediente che sta conquistando il cuore di molti appassionati di skincare: **l'acido ialuronico**. Immaginate questo composto come il supereroe della pelle, pronto a dare il massimo per mantenerla giovane e radiante.



**Dott.ssa
Laura Candigliota**

Titolo di studio:
Laurea in Farmacia

Dove lavora:
Opera in entrambe
le farmacie comunali
di via Casanova
e di via Mantova a Melzo

Cos'è quindi l'acido ialuronico?

Si tratta di una sostanza presente naturalmente nel nostro corpo, particolarmente concentrata nella pelle, articolazioni e occhi. La sua magia risiede nella capacità di trattenere l'acqua, agendo come un idratante naturale. In parole semplici, **è come una spugna che trattiene l'umidità**, mantenendo la nostra pelle elastica e idratata.

Ma ora entriamo nei dettagli del suo peso molecolare che ne caratterizza le proprietà: i prodotti con **basso peso molecolare** penetrano più facilmente nella pelle, fornendo **idratazione profonda** e aiutando a ridurre **le rughe e le linee sottili**. D'altra parte, **il peso molecolare più alto** rimane sulla superficie, offrendo un'idratazione esterna e una protezione dagli agenti atmosferici.

Quindi, quando scegliete una crema cosmetica con acido ialuronico, tenete a mente il vostro obiettivo specifico: idratazione profonda o protezione superficiale.





Come si comporta nei diversi tipi di pelle?

Per chi ha **pelle secca** questo ingrediente aiuta a ripristinare l'idratazione, riducendo la sensazione di pelle tirata e donando un aspetto più morbido e levigato. Se si ha una **pelle grassa** fornisce idratazione senza appesantirla, contribuendo a mantenere l'equilibrio naturale dell'olio.

Se la pelle è invece **sensibile** l'acido ialuronico, con la sua azione delicata, contribuisce a lenire e idratare senza causare irritazioni, fornendo un sollievo rinfrescante.

Che tipo di formulazioni contenenti acido ialuronico si trovano in commercio?

Le creme idratanti sono un classico intramontabile. Sono come una coccola per la pelle, fornendo un'idratazione quotidiana e contribuendo a mantenere la pelle giovane e luminosa nel lungo termine. Le creme con acido ialuronico sono particolarmente efficaci per la pelle secca, aiutando a trattenere l'umidità e a prevenire la disidratazione.

I sieri sono come il tocco magico nella skincare. Carichi di ingredienti concentrati, i sieri sono progettati per penetrare in profondità nella pelle, offrendo un'idratazione intensiva e mirata. Sono un'ottima scelta per coloro che cercano risultati visibili e veloci, contribuendo a migliorare l'elasticità e a minimizzare le rughe.

Non dimentichiamoci l'importanza di una buona detersione del viso prima di applicare un prodotto!

Inoltre, i raggi UV possono causare un precoce invecchiamento cutaneo, il cosiddetto photoaging quindi è bene che anche i **prodotti solari** contengano acido ialuronico, che può quindi contribuire a prevenire la formazione di rughe e mantenere la pelle giovane e sana nel lungo termine. E non solo in estate, la protezione andrebbe utilizzata **tutto l'anno**.

Si possono amplificare i benefici di una crema cosmetica?

Certamente! Si può considerare l'aggiunta di alcune vitamine amiche della pelle. **La vitamina C**, ad esempio, è famosa per il suo potere antiossidante e stimola la produzione di collagene, migliorando l'elasticità della pelle. **La vitamina E** è un'altra alleata, contribuendo a proteggere la pelle dai danni causati dai radicali liberi.

Perché affidarmi al farmacista nella scelta della crema cosmetica?

Il farmacista è un professionista esperto del benessere della pelle e può consigliarvi sulla crema cosmetica più adatta alle vostre esigenze. Raccontateci il vostro tipo di pelle, i problemi specifici che volete affrontare e le vostre aspettative. Possiamo guidarvi verso il prodotto ideale per ottenere risultati ottimali. **Date alla vostra pelle l'amore che merita!**

Dott.ssa Laura Candigliota
Laureata in Farmacia
Farmacista nelle Farmacie Comunali di Melzo



25 NOVEMBRE**1522** NUMERO ANTI VIOLENZA E STALKING

Giornata internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne: chiedi aiuto a RETE VIOLA Adda Martesana.

Da troppo tempo le cronache quotidiane ci riportano episodi di violenza perpetrata a danno di donne di ogni età, spesso per mano di uomini di cui si fidano o che dicono di amarle, che possono arrivare fino al femminicidio.

I dati statistici della nostra nazione dicono che circa il 30% delle donne tra i 16 e i 70 anni nella loro vita abbiano subito una qualche forma di violenza fisica o sessuale, ma la percentuale si alza di molto se si aggiungono i numerosi episodi di violenza psicologica ed economica, atti ad umiliare, svaloriare ed intimidire le donne fino a privarle di un libero accesso alle disponibilità economiche proprie o della famiglia.

Ogni anno il numero di vittime di femminicidio aumenta e sembra che la legge non riesca a trovare un metodo davvero efficace che possa fermare questa mattanza senza senso, ma è importante che tutte le donne che stanno vivendo situazioni di violenza, sappiano che una via d'uscita c'è e che possono chiedere aiuto in forma anonima e trovare protezione.

Anche sul nostro territorio esiste una Rete Antiviolenza, Rete VIOLA, strumento operativo che mette in campo azioni volte alla prevenzione e al contrasto alla violenza maschile sulle donne. Coinvolge 28 Comuni dell'Adda Martesana e ne fanno parte il Centro Antiviolenza V.I.O.L.A. con i suoi sportelli e numerosi enti formali e associazioni del territorio.

Rete VIOLA offre supporto a chi si trova a vivere una situazione di violenza di genere, accompagnando la persona in un percorso di fuoriuscita dalla violenza. Offre consulenza a tutte le cittadine e i cittadini che sono a conoscenza di persone che vivono una situazione di violenza e non sanno come aiutarle. Sostiene interventi volti a promuovere nella comunità una cultura di responsabilità diffusa per contrastare la violenza di genere (associazioni, scuole, aziende ecc..). La Rete agisce attraverso il CAV (centro anti violenza) di Cassano d'Adda ed ha 5 sportelli d'ascolto in diversi comuni del territorio: Melzo, Cassano, Cernusco, Pioltello e Trezzano Rosa.

Cinque anni fa, quando Rete VIOLA ha mosso i suoi primi passi, sapevamo che il bisogno c'era e che le forme di

violenza e sopruso non appartengono solo alle grandi città o a culture diverse dalla nostra. Purtroppo i dati ci hanno dato ragione: in cinque anni quasi mille donne si sono rivolte alla Rete per chiedere aiuto e per molte di loro è iniziato un percorso di uscita dalla violenza che ha salvato loro e spesso i loro figli minori vittime di violenza assistita. Anche questo 2023 che sta per concludersi non è stato purtroppo un anno felice.

Da gennaio a ottobre, 160 donne hanno richiesto aiuto e di queste, 129 hanno iniziato un percorso di fuoriuscita dalla violenza e sono quindi state prese in carico. Per 9 di loro (5 con figli minori) è stata necessaria la messa in protezione ospitandole in case rifugio. A chiedere aiuto sono state per lo più donne italiane, nella fascia d'età compresa tra i 36 e i 45 anni, con figli minori conviventi. Nella maggioranza dei casi gli accessi sono avvenuti spontaneamente, ma anche attraverso la rete dei servizi del territorio nel tempo sempre più competente e coesa. Al centro antiviolenza sono infatti arrivate donne su invio delle Forze dell'Ordine, dei Servizi Sociali, dei consultori, dal pronto soccorso, dalle associazioni e da amici e parenti. Le donne che accedono alla Rete provengono in modo omogeneo da tutti i 28 comuni.

Le tipologie di violenza dichiarate sono diverse e spesso unite fra loro: la più frequente è la violenza psicologica, seguita a breve distanza da quella fisica, sessuale, economica e dallo stalking. Molto alta anche la percentuale della violenza assistita dai figli e, nella maggioranza dei casi, gli autori del maltrattamento sono i mariti, conviventi, familiari. Non possiamo quindi dire di vivere in un'isola felice, ma possiamo garantire che il supporto di Rete antiviolenza VIOLA può essere una via d'uscita, ma è importante che tutti i cittadini si sentano ingaggiati a fare il possibile per contribuire alla fine degli episodi di violenza di genere.

Tutti dobbiamo essere "sentinelle" e non sottovalutare episodi apparentemente banali, insomma, non dobbiamo chiudere gli occhi.

Valentina Francapi
per Rete Antiviolenza VIOLA Adda Martesana



L'OSPEDALE "S. MARIA DELLE STELLE"



Le origini

Il 28 dicembre 1998 è stato uno degli giorni più tragici per memoria collettiva della nostra città.

Quella notte, con l'incendio dell'archivio dell'Ospedale di Melzo, sono andati perduti i faldoni con i manoscritti più antichi relativi al nostro antico istituto, incautamente depositati insieme a pacchi di referti medici, di cartelle cliniche, di bolle e fatture, di registri, di documenti amministrativi di poca o nessuna rilevanza storica.

Ci è rimasto solo il regesto dell'archivio storico, dal quale poter dedurre nostalgicamente la sua perduta consistenza, composta da oltre duecento cartelle, nelle quali si trovavano atti a partire dall'anno 1517, quando il nostro ospedale era ancora un monastero, lontano dal borgo abitato, perso nelle campagne e poco distante dalla via maestra che da Milano portava verso oriente.



Della storia del convento sappiamo pochissimo, e non solo a causa dell'incendio. Le tracce dei frati che lo abitavano, almeno dalla prima metà del '500, si ritrovano in qualche atto notarile di compravendita di terreni ed in un censimento del nostro borgo che espressamente li nomina nel 1530 come "li frati di santa Maria delle Stelle". E' più che probabile che in quell'epoca, proprio in considerazione della sua posizione vicina ad una strada molto frequentata dai pellegrini, il convento svolgesse, insieme all'attività caritativa di ricovero e di distribuzione delle elemosine, anche una funzione di natura sanitaria, prestando le elementari cure mediche e farmacologiche, secondo le tecniche del tempo, a coloro che ne avessero bisogno.

Dopo alcuni secoli di onorata attività, il monastero si trovava in pessime condizioni di degrado; nel 1739 grazie alla generosità di un ricco sacerdote, don Giacinto Bensi, il complesso religioso fu oggetto di un robusto intervento di risistemazione, che si sarebbe rivelato decisivo per le sorti future dell'edificio.

Nel 1768 l'autorità pubblica austriaca, che dominava il Ducato di Milano, decise di provvedere alla costituzione di un ospedale pubblico nel nostro territorio, caratterizzato dalla presenza di popolazioni particolarmente indigenti e dall'insalubrità malarica delle campagne, destinandovi tra l'altro i beni e le risorse provenienti dalle Scuole dei Poveri di Melzo, Gorgonzola e Inzago, antiche istituzioni caritative

ormai quasi prive di religiosi e le rendite in precedenza destinate alla chiesa di S. Francesco di Pozzuolo, nel quadro delle riforme imperiali che avevano stabilito la soppressione di tutte le congregazioni monastiche e di tutti gli ordini religiosi che non attendevano all'istruzione, all'assistenza degli ammalati o ad altri uffici di pubblica utilità.

Fu così costituita dal governo austriaco una commissione composta dai maggiori proprietari della zona: il marchese Teodoro Giorgio Trivulzio per Melzo, Francesco Brambilla per Inzago, il conte Carlo Archinto per Pozzuolo, il duca Gian Galeazzo Serbelloni per Gorgonzola. I delegati, valutate le diverse soluzioni possibili, decisero di proporre la realizzazione del nuovo ospedale presso il convento di Santa Maria delle Stelle, proprio in virtù del fatto che il monastero "...è di moderna struttura, non essendo che pochissimi anni che è stato rifabbricato ..." e la scelta, nonostante le proteste della comunità inzaghesse presso il Conte di Firmian, plenipotenziario dell'imperatrice a Milano, fu approvata con il decreto istitutivo dell'Ospedale di Melzo da parte da parte dell'Imperatrice Maria Teresa, nel 1770.

Il progetto di adeguamento edilizio del monastero alle necessità di una struttura ospedaliera fu affidato dal marchese Trivulzio a Giuseppe Piermarini nel 1772, Imperial Regio Architetto per la Lombardia, che stimò in 17.948 lire austriache l'importo complessivo dei lavori. Le opere furono completate nel giro di pochissimi anni, ed anche se non conosciamo una data "ufficiale" di inaugurazione dell'ospedale, sappiamo che già nel 1778 venne promulgato un testo con le "Regole per l'Ospedale dei Poveri Infermi di Melzo". I quattro comuni che avevano contribuito con le rendite che vi avevano indirizzato all'istituzione dell'ospedale avevano diritto ad un numero di letti proporzionale al proprio apporto finanziario, salvo che nei casi di urgenza o di particolari epidemie locali.

La cura dei malati era affidata al medico del borgo di Melzo, che avrebbe percepito, oltre allo stipendio di 750 lire austriache erogato dalla comunità, un beneficio straordinario di 200 lire per il servizio ospedaliero. L'ospedale assunse anche un chirurgo, il dottor Teodoro Abbondioli, proveniente dall'Università di Pavia, con l'onorario di 150 lire, che secondo le consuetudini dell'epoca doveva anche svolgere il ruolo di ostetrico. Con questa organizzazione iniziò l'avventura del nostro ospedale, che da quasi due secoli e mezzo accompagna la storia della nostra città.

Riferimenti bibliografici:

- Sergio Villa - Storia di Melzo dagli inizi alla fine dell'Ottocento, Melzo 2002.
- Associazione Cardinal Peregrasso - Tutti gli uomini del cardinale - Atti del Convegno, Pozzuolo Martesana 2005
- AA.VV. L'Ospitale de' poveri infermi di Melzo Melzo 2006

Arch. Lino Ladini



CURIAMO IL MALATO

o la malattia?

Medici, psichiatri, psicologi e psicoterapeuti curano il malato o la malattia? In un mondo in cui la specializzazione diventa spesso criterio di valutazione delle competenze professionali e dell'efficacia delle cure, porsi questa domanda potrebbe interrogare il lavoro quotidiano di chi è coinvolto nelle cure del benessere psico-fisico. Una sola penso possa essere la risposta: curiamo il malato.

Ma cosa significa per uno psicologo curare il malato e non la malattia? Se mi contatta una persona per un problema di ansia, il primo lavoro terapeutico necessario sarà quello di metterla in sicurezza e offrire strumenti che possano aiutarla a gestire l'ansia, curando la malattia. Se tuttavia il lavoro finisse qui, quello che potrebbe succedere è che il malessere si ripresenti sotto altre forme, come una rabbia dirompente, o un rapporto disfunzionale col cibo. Quando invece il lavoro terapeutico mira a curare il malato, o meglio, la persona, allora si pone l'obiettivo di comprendere i significati del malessere: se l'ansia potesse parlare che messaggio darebbe oggi al paziente, ai suoi familiari o al suo mondo lavorativo? Se curiamo il malato, il sintomo che ci porta, che sia un mal di testa o un comportamento autolesivo può essere usato come la porta di accesso per conoscere la persona e il suo sistema di riferimento.

In questo modo, capita di scoprire che una tristezza non espressa si sia trasformata lentamente in ansia, un lutto non affrontato in depressione o una crisi di coppia in tradimento. Per offrire una cura del malato e non della malattia due ingredienti sembrano essere utili: il primo è avere uno sguardo sistemico alla persona, che favorisca la conoscenza dell'ambiente del paziente e una sua maggiore consapevolezza di come il suo sistema familiare, amicale e lavorativo lo influenzi e gli permetta di generare diversi significati della malattia. Per esempio, nella cura di una paziente ansiosa, lavorando sul sistema familiare, ci siamo accorte di come l'ansia avesse un ruolo pervasivo nella sua genealogia su tre generazioni. L'ansia le permetteva

forse di appartenere alla sua famiglia? Cosa avrebbe significato per quella donna liberarsi della sua parte ansiosa? Curare il malato significa incuriosirsi del suo sistema e di come la malattia sia da esso rappresentata, gestita e accettata.

Il secondo ingrediente nasce da un'altra domanda: se nella cura del malato è fondamentale conoscere il suo sistema, lo specialista si annovera all'interno di questo sistema? La risposta penso sia "certamente sì". Il sistema di cura del paziente è rappresentato da tutti gli specialisti che si occupano della sua salute. Più questi professionisti offrono una cura specializzata, particolareggiata, senza parlarsi e confrontarsi, più è probabile che il paziente abbia la sensazione di essere frammentato, così come frammentata potrebbe apparire la sua cura. Per curare il malato sembra quindi necessario un ulteriore passaggio di livello, in cui gli specialisti che gravitano attorno alla cura della singola malattia pongano il malato al centro, diventando così un sistema curante non più diviso ma integrato e connesso.

Da tale visione si evince, dunque, che non solo psicologo e psichiatra si debbano confrontare sulla miglior cura per il paziente, ma che il medico di base e i medici specialisti (ginecologo, neurologo ecc.) siano parte attiva di questo sistema. L'obiettivo ultimo, credo, sia generare una situazione favorevole affinché anche il malato possa sedersi al tavolo della "sua" cura attivando le proprie risorse e capacità, non percependosi più come un oggetto di cura, bensì il primo soggetto ingaggiato nel proprio benessere psicologico e fisico.

Ad oggi questa sinergia è lasciata alla buona volontà dei tanti professionisti che la mettono in pratica, tuttavia in futuro, se applicata in modo sistematico, potrebbe avere il vantaggio di rendere le cure più efficaci e probabilmente meno costose per il sistema sanitario. Siamo pronti per questa sfida?

Stefania Forloni
Psicologa e Psicoterapeuta

DICA 33...



intervista ad uno storico medico



CARTA DI IDENTITÀ

Dott. Ciocca Pietro

Nato il 20/07/1954

Laureato in medicina e chirurgia nel 1979
 Specializzazione in dermatologia nel 1981
 Medico di Famiglia a Melzo dal 1981 al 2018

Sposato con Marisa, una figlia Anna medico anestesista

Musicista dilettante suona la chitarra basso interpretando autori italiani (Gaber, Jannacci fra i suoi preferiti)

È stato insignito con il premio Città di Melzo a conclusione della carriera di medico di famiglia nel 2019.

Perché ha scelto di fare il medico?

Ho passato la mia gioventù frequentando gli ambienti del cattolicesimo sociale dove si imparavano e applicavano valori quali quello di dedicarsi al prossimo è stato naturale per me lo sbocco verso una professione di aiuto concreto della gente.

Come ricorda gli anni della Università?

Anni bellissimi. Ho tanti amici ancora dai tempi del Liceo con i quali ho creato un rapporto di stima e fiducia anche all'università. Ognuno poi ha scelto la sua specializzazione ma tuttora siamo in contatto e a volte ci ritroviamo per qualche bella chiaccherata.

Come è cambiato nel tempo il rapporto medico cliente?

Qualche tempo fa il rapporto era più diretto ora è spesso mediato dalla tecnologia e si è man mano più formalizzato. Ho sempre comunque cercato durante la mia carriera di interpretare al meglio nei confronti dei miei assistiti il ruolo che mi competeva come primo baluardo sul territorio del servizio sanitario cercando sempre di creare un rapporto di stima e fiducia.

Un consiglio ai giovani medici?

È doveroso durante la carriera il continuo e costante aggiornamento scientifico e un sempre più concreto aiuto e utilizzo della "tecnologia". Occorre comunque a mio avviso dare sempre importanza alla visita del paziente in senso classico del termine cercando di cogliere i segni dall'esame fisico del paziente durante la visita in ambulatorio.



OSTEOPATIA...

benessere a 360°

L'osteopatia è una professione sanitaria, riconosciuta dall'OMS (Organizzazione mondiale della Sanità) basata su un approccio integrato e complementare alla medicina tradizionale.

L'osteopata osserva il corpo umano nella sua globalità, interessandosi dell'aspetto muscolo-scheletrico, viscerale e cranio-sacrale.

Questo approccio è finalizzato a ricercare la causa primaria del sintomo riferito. Il trattamento Osteopatico prevede l'utilizzo di diverse tecniche, scelte in base al paziente. L'obiettivo è quello di restituire all'organismo il benessere psico-fisico, garantendo mobilità, equilibrio ed il buon funzionamento di tutto il corpo duramente i movimenti quotidiani e l'attività sportiva.

La figura dell'osteopata deve avere sempre un approccio globale sul paziente, così da poter individuare e trattare manualmente la sede originaria del problema per poterlo risolvere alla radice. In quali campi opera l'osteopata? Ora vediamo:

L'osteopatia si pone come obiettivo il riequilibrio della struttura dello scheletro e tratta quei meccanismi che, se mal funzionanti, impediscono lo svolgimento corretto delle funzioni naturali e fisiologiche. Comuni disturbi trattati sono mal di testa, problemi viscerali e digestivi, disturbi della menopausa o del sonno, stanchezza cronica e patologie legate allo stress.

Il trattamento manipolativo Osteopatico è utile per allentare o sciogliere le tensioni o per rendere i muscoli più elastici, è un ottimo alleato per tutti coloro che praticano sport, al fine di prevenire infortuni, usura e conservare i muscoli in una condizione meccanica ottimale.

Inoltre questo tipo di approccio è molto utile in pazienti che soffrono di cervicalgia, mal di schiena, lombalgia.

Ambra Bonvini
Osteopata D.O.



**FARMACIE
COMUNALI**
Azienda Speciale Comune di Melzo

CITTA' DI MELZO
Città metropolitana di Milano
**MELZO
NATALE**

Salute per i cittadini, energie e risorse per la Città

LA SALUTE SOTTO L'ALBERO

Le FARMACIE COMUNALI
incontrano la cittadinanza

Giovedì

14 DICEMBRE

ore 21.00

Palazzo Trivulzio
Sala Vallaperti
Via Dante, 2

- Verranno presentate le **nuove iniziative** per l'anno prossimo
- Al termine verrà offerto un **BUFFET DI NATALE**

Vi aspettiamo il **14 dicembre** a **Palazzo Trivulzio**

I PROSSIMI SPETTACOLI A TEATRO TRIVULZIO



13 Gennaio 2024 ore 21
**Music of the Spheres
Coldplay Tribute**
con Starfish – Coldplay Tribute Show



20 Gennaio 2024 ore 21
L'Idiota
*di Fëdor Dostoevskij, diretto e
interpretato da Corrado Accordino*

Acquista in biglietteria
o su teatrotrivulzio.it

Telefono 02.92.27.87.42
Mail info@teatrotrivulzio.it
Biglietteria mar - mer - gio | 17.00-19.00
piazza Risorgimento 19, Melzo

Sconto Speciale Natale

RITAGLIA IL VOUCHER,
portalo nelle nostre Farmacie Comunali di Melzo,
acquista in un'unica soluzione uno
o più prodotti tra quelli elencati



119.00€
154.90€

**MICROLIFE AFIB
ADVANCED EASY**
Misuratore pressione



59.00€
74.00€

PERSONAL
Misuratore pressione



39.00€
50.00€

ZENTIVA AEROSOL
Nebulizzatore



42.00€
57.00€

**CHICCO
HUMI HOT ADV**
Umidificatore



-20%

**LINEA Cosmetica
PERFIDIA**



-20%

GIOCHI CHICCO



Cofanetti Natalizi linea:
LIERAC - JOWAÈ - SKINIUS



L'offerta è valida dal 1/12/2023 al 10/01/2024 e fino ad esaurimento scorte.



**FARMACIE
COMUNALI**

Azienda Speciale Comune di Melzo

Farmacia 1
Via Casanova 10

Lunedì - Venerdì
8:30 - 19:00 (continuato)

Sabato 8:30 - 12:30
Sabato pomeriggio: chiuso

Farmacia 2
Via Mantova 26

Lunedì - Venerdì
8:30 - 12:30 / 15:00 - 19:00

Sabato 8:30 - 12:30
Sabato pomeriggio: chiuso