

Meditazioni

di Giuseppe Cragnaniello



## Ad alto rischio

**L'efferato e all'apparenza inspiegabile assassinio di una collega psichiatra mi ha fatto tornare alla mente i pericoli che mi hanno sfiorato durante gli anni in corsia. Qualche anno fa un cronista si meravigliava del fatto che un primario, comunque morto ammazzato, girasse armato. Eppure...**

L'efferato e all'apparenza inspiegabile assassinio di una collega psichiatra mi ha fatto tornare alla mente i pericoli che mi hanno sfiorato durante gli anni in corsia. Qualche anno fa un cronista si meravigliava del fatto che un primario, comunque morto ammazzato, girasse armato. Eppure...

Nel piccolo ospedale di provincia, ma che faceva tanti parti all'anno, gli spazi erano abbastanza stretti e le finestre della sala travaglio erano molto vicine all'attesa dei parenti, tanto che potevano quasi guardare dentro da una veranda prospiciente. Naturalmente le urla delle partorienti, più che normali durante travagli particolarmente lunghi e laboriosi, facevano aumentare l'ansia e non era infrequente l'aggressione verbale e talvolta anche qualcosa in più. Sembrava quasi che al di là di quei vetri non stessimo a prenderci cura delle loro mogli o figlie, anzi che le torturassimo. Di fronte a certi atteggiamenti esasperati a nulla valevano i tentativi di una buona comunicazione al fine di indurre



alla calma. Un marito più esagitato degli altri arrivò a spaccare i vetri di quelle finestre, al grido "lasciate stare mia moglie!". Dopo che la consorte ebbe partorito, e bene, non esitai a fargli pagare il conto. Molti anni più tardi, per carità cristiana, a quella stessa donna acconsentii a praticarle una legatura delle tube... Un altro marito, comprensibilmente stravolto per la morte in utero del figlio al settimo

**Sembrava quasi che al di là di quei vetri non stessimo a prenderci cura delle loro mogli o figlie... ma che le torturassimo**

mese, non sopportando che la moglie soffrisse in travaglio e pretendendo il taglio cesareo, minacciò di andare a "prendere la pistola". La donna fortunatamente fece prima... Ma, con un grosso ricambio e un reparto sempre pieno, il contrasto era all'ordine del giorno. Specie quando termi-

nava l'orario di visita e i parenti facevano di tutto per non andare via, arrivando a nascondersi nei bagni, con naturale imbarazzo delle ricoverate. Né serviva il giro del vigilante, molto più tardi, per convincere gli ultimi recalcitranti. Ecco perché mi fece rabbia il direttore sanitario una sera che, venendo in reparto, ebbe a lamentarsi "troppa gente, faccia qualcosa!". Proprio io? Quante volte, in venticinque anni, mi hanno apostrofato "ti aspetto fuori"! Grazie a Dio nessuno lo ha poi fatto. Mentre qualcuno vigliaccamente appena uscito si è permesso di telefonare, farmi chiamare e, una volta a portata di voce, coprirmi di ogni sorta di epiteti. Se bastava questo a soddisfarlo... La nostra non è terra di santi. Ma non credo che altrove questo genere di cose non si verifichi. A riprova che il nostro lavoro è comunque ad alto rischio. Non solo per le non trascurabili responsabilità professionali, ma anche per l'esposizione alle reazioni inconsulte di chi con troppa facilità dimentica le regole del vivere civile. **Y**

LE AZIENDE INFORMANO

Gynefam Mamma® Effik

## Un nuovo integratore per la gravidanza dalla formula innovativa, arricchita e aggiornata

**Gynefam Mamma® è il multivitaminico multi minerale Effik specificamente studiato e aggiornato nella sua formulazione per rispondere alle esigenze della mamma pensando anche allo sviluppo del bambino che deve nascere.**

La sua composizione, arricchita e innovativa, tiene conto delle ultime indicazioni per il fabbisogno di micronutrienti, indicate dai nuovi LARN (livelli di assunzione raccomandata per i nutrienti) definiti dalla Società Italiana di Nutrizione umana ad ottobre 2012.

Gynefam Mamma® si caratterizza per alcune importanti novità rispetto ad altri integratori per la gestante: Gynefam Mamma® è infatti l'unico integratore multivitaminico e multi minerale per la gravidanza a contenere in una sola capsula giornaliera dosi elevate di Omega 3 e iodio, 120 mg di calcio, oltre a magnesio, fluoro, vitamine del gruppo B e D.

**L'IMPORTANZA DEGLI OMEGA 3**

L'assunzione giornaliera durante la gravidanza di acido docosaenoico (DHA) ed acido eicosapentaenoico (EPA), contribuisce al normale sviluppo della funzione visiva e del cervello del feto.

Gynefam Mamma® contiene in una sola capsula 200 mg di omega 3, di cui 150 mg di DHA. Gli Omega 3 contenuti in Gynefam Mamma® sono ottenuti da pesce azzurro

proveniente dall'Oceano Pacifico, con un'origine certificata per quanto riguarda la sicurezza del prodotto.

**LO IODIO E I SUOI BENEFICI**

Lo iodio è elemento indispensabile per la sintesi degli ormoni tiroidei; in Europa almeno il 50% della popolazione ha un apporto alimentare inadeguato e le patologie della tiroide sono in costante aumento, anche nelle giovani donne in età fertile. Un apporto di iodio adeguato durante la gravidanza contribuisce alla normale funzione cognitiva ed alla crescita normale del bambino. Gynefam Mamma® contiene 210 mcg di iodio, per soddisfare le aumentate necessità della mamma e del suo bambino e inoltre tale dosaggio non interferisce con la funzione tiroidea materna anche in caso di terapia sostitutiva per ipotiroidismo.

**IL CALCIO, VITAMINA D E MAGNESIO**

Gynefam Mamma® è l'unico integratore multivitaminico e multiminerale per la gravidanza che fornisce in una sola capsula 120 mg di Calcio insieme a magnesio, vitamina D, iodio ed Omega 3.

La carenza di calcio può causare crampi muscolari, cefalea, stipsi. Questo elemento è quindi necessario per una normale funzione muscolare materna. Per quanto riguarda il feto, calcio e vitamina D contribuiscono a un'adeguata crescita ed un corretto sviluppo osseo.

Anche il magnesio interviene nei processi di regolazione della contrazione muscolare, oltre a contribuire alla riduzione della stanchezza e dell'affaticamento.

In Gynefam Mamma® è inoltre presente il fluoro, utile per un'adeguata mineralizzazione dello smalto dentale. Il mantenimento di una bassa carica batterica a livello del cavo orale riduce il rischio di carie, ed evita il possibile passaggio di batteri patogeni verso la placenta e verso il feto. Infine Gynefam Mamma® contiene le quantità raccomandate di antiossidanti-zinco, selenio e rame, di ferro e di vitamine del gruppo B.

Gynefam Mamma® non contiene invece volutamente Vitamina C ed E, in quanto gli studi più recenti ne documentano l'assenza di significativi benefici per la madre ed il feto. Gynefam Mamma® è un integratore bilanciato, studiato appositamente per la gestante, con il massimo della compliance grazie alla mono somministrazione giornaliera: la dose consigliata è di 1 capsula al giorno, in qualsiasi momento della giornata.

Infine Gynefam Mamma® ha un costo decisamente contenuto: confezione da 30 capsule, Euro 14.80, confezione da 90 capsule, (3 mesi di trattamento) Euro 29.60, con un significativo risparmio economico, rispetto ad altri integratori per la gravidanza presenti sul mercato.

Elena Casolati  
Direzione Medica  
Effik Italia

