

Jazz/ Il contrabbassista Francesco Mariella

di Francesco Occhianio

Il jazz è praticamente tutta la sua vita. Il maestro Francesco Mariella ne ha di cose da raccontare. «Evocativa ed intrigante, la musica jazz, è tutta passione ed improvvisazione. Avevo 13 anni quando mi sono innamorato di questo genere musicale. Ho vissuto a Bologna per 12 anni, un ambiente stimolante e per certi versi una città all'avanguardia dal punto di vista musicale. Qui ho suonato con musicisti del calibro di Steve Grossman ed Hector Ulises Passarella, l'interprete della colonna sonora del Postino scritta da Louis Bacalov. Tony Scott», continua Mariella, «mi chiamava "Mariello" e mi disse che dovevo suonare con gli occhi aperti. Shawn Monteiro, una cantante nera, fu affascinata dai miei occhi azzurri che contrastano con il bianco della pelle e mi chiese di sposarla». Mariella è davvero un grande contrabbassista e il suo segreto è quello di aver seguito la sua strada e di avere una famiglia con il padre Generoso e la madre Anna Maria Arcadio che lo hanno sostenuto ed incoraggiato.

Mariella ha partecipato come contrabbassista all'incisione di diversi dischi, tra i quali "Smile" max geller quartet (IMC record); "Drin Drin" Jimmy Villotti (Polygram), "Live at Black Bird" (Massimo Farao), "Manhattan in a bag" Sandro Comini (Irma Rec), "Si fidi c'ho il fezz" Jimmy Villotti (Polygram). «Il mio "mito" è Paul Chambers. All'inizio sono rimasto folgorato da Charlie Parker, mentre uno dei miei artisti preferiti è John Coltrane. Amo anche la musica classica ed, in particolare, Bach». Ogni sabato Mariella suona al Cocomero's (a Taranto). Una bella intervista a Mariella è stata pubblicata dal "Corriere del Giorno" mercoledì 18 febbraio 2004.



SCHEDA- Francesco Mariella è nato a Taranto il 6 agosto 1963. È alto 1 metro e 90 «come nella migliore tradizione contrabbassistica». Fino al 1982 frequenta il liceo Scientifico e studia privatamente chitarra classica con Michele Miale. Nel 1983 si trasferisce a Bologna e frequenta il Conservatorio "G.B. Martini" nella classe di contrabbasso, seguendo le lezioni del prof. Artemio Versari. Nel 1990 si diploma e studia contrabbasso jazz con Ares Tavolazzi. Partecipa come uduttore al seminario tenuto dal batterista americano Arthur Taylor presso il Festival Jazzbo 1990. In seguito collabora con il pianista canadese Fred Henke, con il quale si esibisce in trio in varie occasioni insieme al batterista Fabio Grandi. Nel 1991 ottiene un ingaggio settimanale presso il club "Praga Café" di Bologna in quartetto con il sassofonista americano Steve Grossman, il batterista Fabio Grandi, il pianista Fred Henke. Con Nicoletta Manzini e Grossman ha partecipato al Festival di Antibes. In Emilia Romagna ha lavorato in svariate formazioni, suonando anche con Lee Konitz e Peggy Stern, Rachel Gould, Donovan Mixon, Larry Smith Marsalis, Herman "Jay" Rodriguez, Elliot Zigmund, batterista di Bill Evans, Bobby Durham, Massimo Urbani. Attualmente suona al Cocomero's insieme con Antonello Parisi nel "Lady'n Quartett Jazz".

Il carro dell'Associazione "Umpapaumpa"

di Irene D'Alò

Sarà stata sicuramente una grande soddisfazione per le giovani ragazze dell'Associazione culturale e di animazione ludica "Umpapaumpa" riuscire a realizzare il carro allegorico dal titolo "Mary Poppins". Nel corso del primo appuntamento, giovedì 19 febbraio, e dei successivi, il bel carro ha concluso la meravigliosa e variopinta sfilata carnevalesca (delle scuole don Giovanni Bosco, Gianni Rodari e Carlo Collodi) che ha percorso gran parte delle vie cittadine, fra due ali di folla, scesa in strada incuriosita per assistere a questo lieto appuntamento. Notevole è stato l'impegno di insegnanti e genitori, che si sono impegnati per la buona riuscita del corteo e che

hanno partecipato attivamente insieme ai loro piccoli bambini. L'iniziativa, che coinvolge tutta la comunità grottagliese e che crea allegria e gioia, manifesta molti aspetti educativi e didattici. L'Associazione collabora con enti pubblici e privati, realizzando simpatiche e divertenti manifestazioni, con animazione e intrattenimenti, per ogni ricorrenza dell'anno. La passione e l'amore per i bambini è certamente il pulsante che fa muovere l'impegno e la creatività di queste giovani, ma qualificate ragazze, le quali proseguono la loro attività anche durante il periodo estivo con laboratori manuali, teatro sperimentale, educazione all'immagine, balli di gruppo e giochi di apprendimento.

Medicus curat, natura sanat

L'automedicazione responsabile

di Salvatore Castri

Cari amici, ci ritroviamo sulle pagine di "Via Crispi" a parlare di "cose mediche", nella fattispecie di "automedicazione" che è una grossa opportunità (codificata anche dalla Legge) per poter gestire il nostro "benessere salute". L'automedicazione responsabile vuol dire prendersi cura da sé dei lievi disturbi o patologie passeggerie, come la tosse, raffreddore, un episodio di stitichezza o disturbi che conosciamo bene, che sappiamo non essere collegate a malattie serie e che possiamo affrontare efficacemente anche senza l'intervento del medico. Automedicazione non significa, però, non rivolgersi al pro-

prio medico, che va avvertito se il sintomo perdura, oppure si ripresenta spesso o con intensità superiore. Per curare da sé i piccoli disturbi si può ricorrere a farmaci appositamente formulati, chiamati appunto di automedicazione, vendibili anche senza prescrizione medica perché, nel loro impiego ampiamente diffuso, si sono dimostrati sicuri e facili da utilizzare. Naturalmente si tratta pur sempre di farmaci, in quanto possono presentare effetti collaterali, controindicazioni e interazioni cioè effetti indesiderati causati dalla eventuale combinazione con altri farmaci assunti nello stesso periodo. Ecco perché, anche se questi prodotti

sono venduti liberamente devono essere assunti rispettando alcune basilari norme di buonsenso e attenzione di cui vi parlerò nelle prossime righe. I farmaci di automedicazione sono prodotti appositamente formulati e confezionati per la scelta e la cura in autonomia e sono farmaci senza bisogno di ricetta medica. Sono chiamati anche prodotti "da banco", oppure OTC, sigla inglese che sta per "Over the Counter", cioè "sopra il bancone" a significare che in farmacia sono a portata di mano. Questi farmaci, come tutti, debbono superare una serie di importanti verifiche tecniche e scientifiche al termine delle quali il Ministero

della Salute rilascia l'apposita autorizzazione per la vendita. Oggi i farmaci di automedicazione sono più facilmente riconoscibili grazie al bollino rosso presente sulla confezione: solo i farmaci da banco possono essere usati per l'automedicazione e non altri. Queste sono le caratteristiche che un farmaco deve avere per entrare nella categoria di farmaco da banco: la destinazione a trattamenti di disturbi lievi e passeggeri (raffreddore, tosse, disturbi gastrici, stipsi, mal di testa); il farmaco "da banco" deve essere stato in commercio (sotto-peso a prescrizione medica) da almeno cinque anni in un Paese dell'Unione Europea, per garantire la provata efficacia e sicurezza d'uso; non deve dare problemi di abuso e tossicità; deve essere usato in completa autonomia, quindi non deve prevedere l'intervento di personale sanitario (ne consegue che nessun farmaco OTC è iniettabile). Per individuare i farmaci "da banco" è sufficiente ricercare il bollino rosso che è unico per tutti i farmaci, deve essere visibile sulla confezione esterna senza coprire le altre scritte delle confezioni e deve riportare chiaramente la scritta "Farmaco senza obbligo di ricetta". Il bollino è obbligatorio su tutte le confezioni prodotte dopo il 1° marzo 2002. L'automedicazione è "responsabile" e quindi corretta solo se si applicano alcune semplici regole. È fondamentale leggere le avvertenze scritte su ogni confezione e nel foglietto illustrativo, tutte ugualmente importanti e dunque da seguire scrupolosamente. L'indicazione all'uso di questi farmaci è per un periodo di massimo due o tre giorni. Spesso curarsi male è peggio che non curarsi affatto. Infine l'automedicazione responsabile non può prescindere mai dal ruolo del medico, unico consulente autorevole in fatto di salute e figura di riferimento per ogni problema e per qualsiasi dubbio.

doft. Salvatore Lenti *

Il Progetto ED.A.P.A.

Il Progetto EDAPA (EDucazione all'Automisurazione della Pressione Arteriosa) si prefigge lo scopo di educare il paziente alla corretta misurazione della propria pressione arteriosa in ambito domiciliare. L'ipertensione arteriosa è uno dei più frequenti fattori di rischio cardiovascolare; presenta un'ampia prevalenza nella popolazione adulta occidentale e assorbe notevoli risorse per la diagnostica e la cura farmacologica. Un aspetto clinico fondamentale sia in ambito diagnostico che nel successivo follow-up è la corretta valutazione della pressione arteriosa ed è evidente come la rilevazione dei valori pressori sia elemento fondamentale per evitare di confondere valori occasionalmente alterati con valori stabilmente alterati. La misurazione della pressione arteriosa può essere effettuata da un medico presso il proprio ambulatorio o il domicilio del paziente, da un infermiere o, infine, dal paziente stesso (automisurazione domiciliare). L'automisurazione domiciliare della pressione arteriosa può essere definita come la "misurazione volontaria e cosciente della pressione arteriosa, eseguita dall'individuo stesso", così distinguendosi dalla "misurazione clinica occasionale" eseguita dall'equipe medica o dalla misurazione ambulatoriale automatica. Le "Linee Guida Europee 2003" per il trattamento dell'ipertensione arteriosa ne evidenziano e ribadiscono l'importanza. La misurazione della pressione arteriosa a domicilio è molto importante per la ciclicità ed ha alcuni vantaggi quali, la mancanza dell'effetto "da camice bianco", una maggiore riproducibilità e predittività della presenza e progressione del danno d'organo rispetto alla misurazione tradizionale. Qualora si voglia utilizzare l'automisurazione domiciliare della pressione, si consiglia l'impiego di strumenti validati e di strumenti di misurazione semiautomatici piuttosto che di sfigmomanometri a mercurio. Inoltre i pazienti devono eseguire misurazioni in posizione seduta dopo alcuni minuti di riposo. I valori possono essere diversi tra le varie misurazioni in ragione delle oscillazioni spontanee della pressione. Bisogna evitare di ottenere un eccessivo numero di misurazioni e assicurarsi che alcune di esse siano eseguite prima di assumere la terapia per ottenere informazioni sulla durata del trattamento. C'è da considerare poi che i valori di pressione rilevati a livello domiciliare sono ridotti rispetto a quelli misurati in ambulatorio. Al medico è necessario riportare una chiara documentazione dei valori pressori misurati ed evitare di automedicare gli schemi di terapia. Il Progetto ED.A.P.A. di tipo osservazionale è mirato alla valutazione dello stato di conoscenza e quindi di informazione che hanno le persone in materia di ipertensione arteriosa, ma non solo, garantisce che l'automisurazione venga praticata secondo criteri standardizzati. A questo scopo vengono tenuti, in collaborazione con l'AUSER (Autogestione dei SERVIZI e della solidarietà) di Arezzo, Incontri con la popolazione per illustrare il "problema ipertensione" e per spiegare la corretta metodica di misurazione della pressione arteriosa.

Con il Progetto ED.A.P.A. vogliamo dimostrare, con dei semplici mezzi a nostra disposizione, l'importanza della fattibilità pratica delle procedure proposte, in modo da consentire a tutti i nostri pazienti di iniziare correttamente la pratica delle automisurazioni, per migliorare sia la percezione della malattia ipertensiva che la sua gestione pratica.

*Servizio di II livello per la diagnosi e terapia dell'ipertensione Arteriosa Ospedale San Donato USL 8 Arezzo

Il prossimo obiettivo è quello di acquistare un'ambulanza. Al lavoro un gruppo di volontari coordinati dal gesuita padre Maglie

Padre Michele Maglie e il Ciad

di Giulia Scandone

Da una decina di anni, un gruppo di volontari, sempre più numeroso fa capo alle iniziative intraprese per il Ciad dal padre gesuita Michele Maglie, superiore della Comunità di Grottaglie del Centro Monticello. I laici volontari coordinati da padre Maglie si impegnano attivamente a prestare la propria opera in questa zona del "continente dimenticato", e promuovono iniziative "a distanza" con lo scopo di raccogliere fondi per contribuire allo sviluppo di questa area. Grazie all'opera e all'impegno di padre Maglie sono già stati realizzati in Ciad villaggi di accoglienza, progetti per lo sviluppo agricolo, piani di integrazione scolastica, un presidio sanitario. Proprio per il presidio sanitario è necessario acquistare al più presto un'ambulanza per consentire il trasporto dei malati in queste zone dove ci sono difficoltà di collega-

menti dovute alle enormi distanze e alla poca percorribilità delle strade. Questi coraggiosi volontari nel periodo natalizio hanno messo in piedi, a Grottaglie, numerose iniziative volte alla raccolta di fondi per raggiungere l'obiettivo di tale ambizioso acquisto (il costo di un'ambulanza attrezzata è di circa 55 mila euro) e, tra queste, la vendita promozionale di un calendario "formato CD", realizzato dall'associazione "Il Focolare ONLUS". Uno dei problemi più gravi dell'Africa è proprio quello sanitario e in questa zona ci si ammala e si muore per malattie che fortunatamente in Europa e in molte altre parti del mondo sono state debellate. L'Africa, inoltre, sta diventando "una bomba esplosiva" di malattie che possono diffondersi. In Ciad è ancora invasiva una malattia come la poliomielite per la mancanza di una assoluta campagna di vaccinazione e i volontari, guidati da una laureanda in medicina e

chirurgia facente parte del gruppo ne hanno approfondito l'epidemiologia al fine di prendere coscienza maggiore della gravità della situazione. In sintesi il loro approfondimento ha constatato che la poliomielite è presente ancora in queste zone per le favorevoli condizioni climatiche, per il basso livello igienico della popolazione, per le cause predisponenti come l'esile costituzione e lo stato di vita e che colpisce preferibilmente l'età infantile apportando o gravi menomazioni o la morte. Tutto questo accade per l'abbandono in cui l'Africa è lasciata, in questo nostro caso il Ciad, dall'egoismo dell'uomo e da una disuguaglianza feroce di distribuzione delle ricchezze. Alla luce di tanto e toccati dalla sensibilità per le enormi sofferenze di questa gente, è augurabile che l'iniziativa di padre Maglie raggiunga il maggiore successo con la partecipazione di tutti gli uomini e le donne di buona volontà.

EMPORIUM
Complementi

VENDITA DI TESSUTI E TENDAGGI SU MISURA

MATERASSI IN LATTICE
GUANCIALI IN LATTICE
ANALLERGICI
RETI A MOVIMENTO

DIVANI A PARTIRE DA € 80,00
con SCONTI del 20% su tutti i modelli

BASTONI IN ACCIAIO
FERRO BATTUTO - LEGNO

LETTI IN FERRO BATTUTO
CLASSICI - MODERNI
ANCHE ARTIGIANALI

Rivenditore Autorizzato
MOTTURA

LAMPADARI PERSONALIZZATI

Via Pantaleo, 30 - GROTTAGLIE TA - Cell. 349.4065870