

PIANETA SALUTE

Anno XVI - n. 190 Dicembre 2016

fondato da michele cènnamo

MENSILE DI MEDICINA, ALIMENTAZIONE, BENESSERE, CULTURA, TURISMO E TEMPO LIBERO

Università italiana
*La G. Marconi fra le
eccellenze mondiali*

Citrus l'orto italiano
*La nutrizione sana
che aiuta la Ricerca*

Alla ricerca delle origini
Profumi e pensieri

Quantum Italy

Modello di futuro possibile

Nei giorni del Solstizio d'Inverno, all'insegna della Rinascita



di **Massimo Radaelli**,
Direttore
Scientifico

In questo mondo che non trova pace stiamo per festeggiare il Natale, all'insegna del nuovo dio del consumismo, ma non muore la speranza che forse qualcosa si possa finalmente muovere nelle coscienze. La ciclicità delle stagioni porta in sé qualcosa di magico e non è un caso che la tradizione cristiana si sovrapponga ad altre, stratificate dalla storia, nel contesto di una tradizione primordiale che vede nella rinascita del Sole un momento evocativo e stimolante per nuove energie, base spirituale di tutte le religioni del mondo. Già in epoca preistorica ne abbiamo vestigia in Italia (incisioni della civiltà camuna), nell'attuale Gran Bretagna (costruzioni megalitiche di Stonehenge) e in Iran (incisioni rupestri di Bohuslan), mentre in epoca storica le ritroviamo nel "frammento sessantasei" di Eraclito, nell'Odissea di Omero e nel sesto libro dell'Eneide virgiliana. Gli antichi Russi chiamavano il "giorno più corto" "Karatciun", i Celti "Alban Arthuan" ("La Rinascita del dio-Sole"), i Germani "Yulè" ("Ruota dell'anno"), gli Scandinavi "Jul" ("ruota solare"). Praticamente tutti i popoli hanno celebrato la nascita delle loro divinità intorno alla seconda metà del periodo dell'anno che corrisponde all'attuale mese di Dicembre: gli Egizi celebravano in questo periodo la nascita del dio Horus e, al di là dell'oceano, in questi giorni nascevano il dio Quetzalcoath, nell'attuale Messico e presso gli Aztechi Huitzilopochtli. Dioniso in Grecia (il dio Bacco dei Latini) e anche Ercole si celebravano in questa parte dell'anno, analogamente a Zaratustra in Azerbaigian, Buddha, in estremo Oriente, Krishna in India, Scing-Shin in Cina, Mithra in Persia, Tammuz in Babilonia e Freyr, figlio di Odino, nel nord dell'Europa. Tutto questo per celebrare il cammino del Sole, che, dopo il giorno più corto dell'anno, corrispondente al Solstizio d'inverno, riprende a crescere e a portare la sua luce vitale per la rinascita della Natura. Il "Dies Natalis Solis Invicti" fu introdotto dall'Imperatore Aureliano, seguace di Mithra, ed è significativo che nello stesso periodo i Cristiani abbiano simbolicamente collocato la nascita di Gesù: il nostro augurio è che col nuovo sole possa germogliare non solo il grano nei campi ma soprattutto il seme della pace e della non-violenza fra gli uomini e fra tutti gli esseri viventi. Il nostro regalo ai lettori è un numero ricco come sempre di articoli interessanti: dalla storia di un'Azienda che ha fatto dell'etica la propria filosofia, proponendo salute, Quantum Italy, di Parma, alla assoluta novità di Citrus, una organizzazione che attraverso la distribuzione di prodotti naturali sostiene la Fondazione Veronesi e la memoria del grande Scienziato da poco scomparso, dall'affascinante descrizione delle virtù salutistiche dell'acqua trattata semplicemente per elettrolisi, allo straordinario saggio di Carlo Alberto Zaccagna sui profondi legami dei tre Regni della Natura. Per finire, ma non certo non da ultima, una notizia che farà piacere: torna a rinascere anche l'Università italiana, non coi nomi altisonanti di un passato ormai molto lontano ma con le nuove energie di una struttura romana che porta il nome prestigioso di Guglielmo Marconi, ai primi posti nelle ultime graduatorie internazionali.

PIANETA SALUTE

12 *Acqua Viva e Acqua Morta*

PIANETA ALIMENTAZIONE

16 *Mangiare a Natale: come fare per non sentirsi in colpa!*

PIANETA NUTRIZIONE

18 *Citrus l'Orto Italiano*

PIANETA SALUTE

22 *L'eccellenza del sistema sanitario lombardo*

PIANETA IONI

24 *Ioni negativi: purificare, rivitalizzare, ringiovanire*

PIANETA UNIVERSITÀ

28 *Un'università romana nel ranking mondiale*

PIANETA MEDICINA

31 *A Desio il laser a luce verde per curare l'ipertrofia prostatica*

PRIMA DEL FARMACO

32 *Alimentazione: considerazioni scientifiche e culturali*

PIANETA ADOLESCENZA

36 *La Felina Commedia di Mozòt*

PIANETA EMERGENZE MEDICHE

38 *L'ustione, questa sconosciuta*

Sfogliabili on-line i
"Quaderni di Pianeta Salute" e
"Approfondimenti medici di Pianeta Salute"
<https://pianetasaluterivista.wordpress.com/>

PIANETA SALUTE

Sommario n. 190

In copertina



PIANETA AZIENDE
DELLA SALUTE

*Quantum Italy, un
modello di futuro
possibile per il benessere*

• pagina 6 •

PIANETA SICUREZZA ALIMENTARE

40 *La tradizione alimentare di Natale: luci e ombre*

PIANETA MEDICINA

COMPLEMENTARE

42 *Terapia complementare enzimatica e memorie biochimiche*

PIANETA TURISMO

44 *Italia: valorizzazione del territorio e sviluppo del turismo*

PIANETA MUSICA

46 *Blue Note: omaggio a Frank Sinatra, Dire Stratis e Pink Floyd*

PIANETA CULTURA

48 *Profumi e pensieri*

PIANETA SPETTACOLI

52 *Franco Battiato, Giancarlo Giannini e Christian De Sica superstar a Castellaneta*

PIANETA SALUTE

53 *Libri: curare con le parole*

PIANETA CINEMA

54 *Chi muore si rivede*

PIANETA UNITALSI

56 *Quando il bambino disabile diventa adulto*

PIANETA LIBRI

59 *Consigli per la lettura*

PIANETA ADNKRONOS SALUTE

60 *"Fabbriche aperte" Assogenerici fa tappa da Lachifarma a Zollino*

60 *Tumori, nuova arma molecolare efficace contro cancro polmone avanzato*

62 *L'urologo: incontinenza problema diffuso, fino al 20% in Italia*

PIANETA NOTIZIE

64 *Le Associazioni informano*

PIANETA SALUTE

MENSILE DI MEDICINA, ALIMENTAZIONE, BENESSERE,
CULTURA, TURISMO E TEMPO LIBERO

fondato da michele cennamo

Anno XVI - N° 190 Dicembre 2016

Editore incaricato

Edizioni Clanto Snc - Brescia

Direzione, Redazione

Piazza Carbonari, 12 - 20125 Milano
aemmegem@fastwebnet.it

Direttore Responsabile

Michele Cennamo - mic.cennamo@gmail.com

Condirettore

Daniele Rossignoli - rossignoli.daniele@gmail.com

Vicedirettore

Marina Gianarda - gianarda@gmail.com

Direttore Scientifico

Massimo Radaelli - radamass1@gmail.com

Corrispondente estero

Aldo Proietti dal Costa Rica

Stampa

Iprint Srl - Brescia

Autorizzazione Tribunale di Milano n. 386 del 25/06/2001 Iscrizione
ROC n. 10515 (Registro degli Operatori di Comunicazione)

Eventuali detentori di copywriting sulle immagini ai quali non siamo riusciti a risalire, sono invitati a mettersi in contatto con Edizioni Clanto Snc.

La Rivista è distribuita telematicamente in abbonamento gratuito e in versione cartacea a target selezionati.

I dati sono trattati elettronicamente e utilizzati dall'Editore per la spedizione della pubblicazione e di altro materiale da essa derivato.

Nessun testo può essere riprodotto con qualsiasi mezzo senza il consenso scritto dell'editore.

COMITATO SCIENTIFICO

PRESIDENTI

Guido Fanelli (Parma)
Giuseppe Nappi (Pavia-Roma)
Giancarlo Palmieri (Milano)

Adamanti Simonetta (Parma):
Anestesia e Terapia del Dolore
Afanasyeva Elena (Piacenza):
Dietetica
Aksić Ranko (Sarajevo-Bosnia Erzegovina):
Ingegneria civile
Albertazzi Agostino (Piacenza):
Efficientamento energetico
ed energie rinnovabili
Allegri Alessandra (Parma):
Omotossicologia
Avato Francesco (Ferrara):
Bioetica e Medicina legale
Bacchini Gian Paolo (Parma):
Oncologia
Baistrocchi Allodi Luigina (Parma):
Scienze ostetriche
Barbieri Antonio (Parma):
Andrologia
Bartalini Mariella (Parma):
Associazioni animaliste
Battilocchi Paola (Parma):
Pediatria
Barardo Maura (Udine):
Iridologia
Battino Maurizio (Ancona):
Innovazione educativa e pedagogica
Beghini Dante (Parma):
Odontostomatologia
Berry Raffaello (Terni):
Tutela ambientale e sviluppo sostenibile
Boldrocchi Gianluca (Parma):
Geriatrica e Gerontologia
Bonfanti Alessandro (Parma):
Automedicazione
Carruba Michele (Milano):
Nutrizione clinica
Cassina Igor (Milano):
Scienze motorie
Cavaliere Ercole (Omaha, USA):
Prevenzione del Cancro
Cherchi Enrico (Macerata):
Cibo e Turismo
Cicuttin Michela (Udine):
Turbe del comportamento alimentare
Cioni Federico (Parma):
Diabetologia e Malattie metaboliche
Cogo Roberto (Milano):
Riabilitazione cardiorespiratoria
Colombo Andrea (Milano):
Aritmologia
Colombo Giovanni Battista (Milano):
Mercato farmaceutico
Core Gianni (Savona):
Osteopatia
Corvi Mora Paolo (Piacenza):
Storia della Farmacia
Curti Matteo (Parma):
Medicina di Famiglia
Cusato Davide (Parma):
Traumatologia dello Sport
D'Arretta Libero (Parma):
Ristorazione ed Enogastronomia
Daffara Maddalena (Milano):
Rieducazione posturale
De Bortoli Valentino (Rimini):
Turismo e Ospitalità alberghiera
Di Fede Angelo (Parma):
Allergologia ed Immunologia
Dell'Acqua Vittoria (Milano):
Chirurgia vascolare
Dell'Agnola Carlo Alberto (Milano):
Chirurgia
De Matteo Stefania (Roma):
Bioinformazione e Bioelettromagnetismo
Di Leo Gioacchino (Roma):
Chimica farmaceutica
Di Loreto Vincenzo (Milano):
Tecnologie degli alimenti
Di Rocca Silverio (Lugano, CH):
Posturologia e Posturometria clinica
Falleni Giuseppe (Livorno):
Associazioni di pazienti (retinite pigmentosa)
Ferrari Paolo (Parma):
Medicina dello Sport

Ferretti Stefania (Parma):
Urologia
Foad Aodi (Roma):
Professionisti di origine straniera in Italia
e Salute globale
Franzè Angelo (Roma):
Gastroenterologia
Fritelli Filippo (Parma):
Politiche territoriali
Gaddi Antonio Vittorino (Bologna):
Telemedicina
Gallazzi Laura (Bologna):
Riflessologia plantare
Gerace Pasquale (Parma):
Angiologia
Ghilardotti Egidio (Parma):
Otorinolaringoiatria
Ghisoni Francesco (Parma):
Cure palliative
Gogioso Laura (Modena):
Nutrizione e Sport
Grazioli Oscar (Reggio Emilia):
Scienze veterinarie
Gregori Giusva (Roma):
Osteopatia animale
Grossi Adriano (Parma):
Pedagogia
Gualerzi Massimo (Parma):
Cardiologia
Guidi Antonio (Roma):
Politiche legate ai diversamente abili
Guidi Francesco (Roma):
Medicina estetica
"HeLeR" (Milano):
Associazioni di pazienti (Psoriasi)
Imprezzabile Giuseppe (Parma):
Aromaterapia
Iorio Eugenio Luigi (Salerno):
Biologia positiva e invecchiamento di successo
Korniyenko Halyna (Parma):
Etnomedicina
Lenzi Stefano (Roma):
Medicina preventiva e riabilitativa
manuale post-traumatica
Lista Anna (Parma):
Nutrizione
Loconte Valentina (Parma):
Chirurgia plastica,
ricostruttiva ed estetica
Lofrano Marcello (Brescia):
Formazione professionale
Lotti Torello (Firenze):
Dermatologia e Venereologia
Lucchi Davide (Piacenza):
Osteopatia pediatrica
Luisetto Mauro (Piacenza):
Nutraceutica
Maierà Giuseppe (Milano):
Vulnologia
Maluta Sergio (Padova):
Ipertermia oncologica
Mantovani Gemma (Parma):
Fisioterapia riabilitativa
Marchesi Gianfranco (Parma):
Neuropsichiatria
Marmiroli Libero (Reggio Emilia):
Cosmetologia
Messina Lorenzo (Roma):
Oftalmologia
Micoli Giuseppina (Pavia):
Misure ambientali e tossicologiche
Mongiardo Salvatore (Crotone):
Filosofia
Moneta Angela (Pavia):
Medicina di Genere
Montanara Giuseppe (Teramo-Roma):
Giurisprudenza
Montanari Enrico (Parma):
Neuroscienze

Morandi Beatrice (Como):
Pediatria e Medicina dell'Adolescenza
Mura Riccardo (Pavia):
Fisioterapia
Occhigrossi Maria Simona (Roma):
Medicina interna
Paduano Guido (Lecco):
Tecnologie transdermiche
Palmieri Beniamino (Modena):
Consultazione medica
di "Secondo Parere"
Pavani Pier Francesco (Bologna):
Informazione scientifica
Professioni sanitarie
Pedretti Giovanni (Parma):
Epatologia
Antonio Pernice (Milano):
Tecnologie sanitarie e Innovazione
Patrelli Tito Silvio (Padova):
Ostetricia e Ginecologia
Piccinini Chiara (Modena):
Audio Psico Fonologia
Pierri Carmela (Roma):
e-Health
Pigatto Paolo (Milano):
Dermatologia
Pucci Ennio (Pavia):
Neurologia
Radaelli Lorenzo Federico (Parma):
Studenti e Università
Rapacioli Giuliana (Piacenza):
Omeopatia di risonanza
Ricci Giorgio (Forlì-Cesena):
Turismo sanitario
Richichi Italo (Pavia):
Dieta mediterranea
Roncalli Emanuele (Bergamo):
Turismo
Rosan Ermes (Pordenone):
Massoterapia
Saidbegov Dzhalludin G. (Roma):
Riposizionamento vertebrale
e articolare non invasivo
Savini Andrea (Milano):
Naturopatia
Scaglione Francesco (Milano):
Farmacologia
Schiff Laura (Bologna):
Verde urbano e pianificazione territoriale
Serraino Angela (Reggio Calabria):
Massaggio sportivo
Sguazzotti Andrea (Pavia):
Fisiatria
Solimè Roberto (Reggio Emilia):
Fitoterapia
Tedeschi Anna (Parma):
Gestione hospice territoriali
Tomasì Valentina (Bologna):
Progettazione eventi formativi in area-salute
Troiani Daniela (Roma):
Psicologia
Truzzi Claudio (Milano):
Sicurezza alimentare
Turanjanin Olja
(Fojnica-Bosnia Erzegovina):
Idroterapia termale
Turazza Gloria (Mantova):
Biomeccanica del piede
Valenzi Vincenzo (Milano):
Medicina integrata e Biometeorologia
Vignali Simona (Parma):
Naturopatia ayurvedica
Villani Andrea (Parma):
Comunicazione
Viscovo Rita (Milano):
Medicina rigenerativa e Tricologia
Youssef Najal (Roma):
Terapia cognitivo comportamentale
Disturbi Alimentazione
Zaccagna Carlo Alberto (Torino):
Medicina d'urgenza
Zanasi Alessandro (Bologna):
Idrologia medica
Zurca Gianina (Rieti):
Scienze sociali

Un'Azienda visionaria, etica, sostenibile

Quantum Italy, un modello di futuro possibile per il benessere

Da Parma ormai lanciata verso il mondo

di Michele Cènnamo **"OMEN ATQUE NOMEN"**

“Quantum” richiama in un mondo in cui gli aggettivi che ne derivano imperversano, dalla Fisica alla Medicina, qualcosa che ricorda “azione”, “energia” finalizzata ed è proprio su questo concetto che si è basata un’Azienda, Quantum Italy di Parma, che partendo dal nulla avanza, cresce, si consolida, si espande, si fa conoscere, oltrepassa i confini nazionali ed approda con successo in altri Paesi europei. Con un obiettivo ben preciso: diventare un punto di riferimento stabile per stili di vita diversi, importanti, utili per la salute, il benessere e la vita di tutti, facendo propria la visione del Fondatore e Presidente, Giuseppe Spataro, aperto a trasferire a chiunque lo segua in maniera strategica, tutte le sue conoscenze, riunendo Ricerca e studi applicativi in un unico, grande ed entusiasmante Progetto. Un Progetto

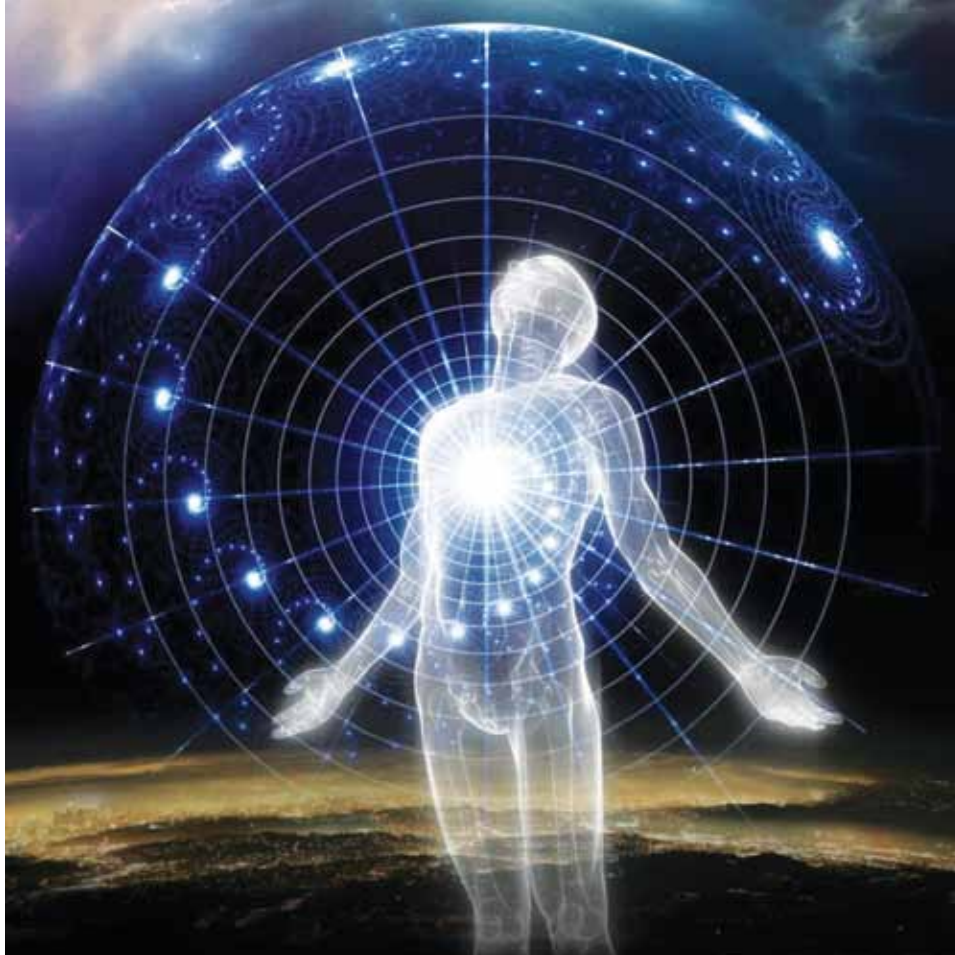
plasmato dal confronto continuo e lungimirante con i Professionisti, nella continua ricerca e sviluppo di soluzioni che siano sì innovative ma prive di controindicazioni ed effetti indesiderati, mirate al miglioramento del benessere psicofisico di tutte le persone. Il tutto rispettando il Pianeta, che sempre più soffre della disattenzione umana.

UN’AZIENDA FAMILIARE

Quantum Italy nasce da tre persone che portano lo stesso cognome perché fanno parte della stessa famiglia: la famiglia Spataro. Giuseppe Spataro è il Fondatore e Presidente, il figlio Alessio segue la Direzione Marketing e il fratello Massimo coordina la Direzione Commerciale, completando uno staff dirigenziale di rara collaborazione reciproca ed efficacia. Tre persone giovani, dinamiche, intraprendenti, solari, convinte che andava fatto qualcosa di bello e di utile, attraverso la selezione e la diffusione di prodotti in gra-

La sede di Quantum Italy





do di fare la differenza in un mercato della salute e del benessere sempre più competitivo. La crescita aziendale è stata costante, i clienti sono aumentati, la rete di consulenti incaricati è cresciuta quantitativamente e qualitativamente, in piena aderenza al motto aziendale, “azione ed energia”, e nel rispetto di “mission” aziendale da cui Quantum Italy non si allontanerà mai mentre avanza nel mondo, per non perdere l’equilibrio raggiunto mettendo insieme tre elementi fondanti: Etica, Impegno, Qualità della vita.

AL SERVIZIO DELLA SALUTE E DEL BENESSERE NATURALE

Tutti i prodotti e tutte le linee nate fino ad oggi in Quantum Italy hanno un filo conduttore, che li concatena: lo scopo di educare le persone ad utilizzare prodotti che siano efficaci e che non presentino in alcun modo “rovesci della medaglia”, sia sul piano della sicurezza per chi li utilizza che in termini di effetti sull’ambiente, che tutti dobbiamo imparare a rispettare e a migliorare, pensando finalmente anche alle generazioni future. La Natura ha in sé il segreto del manteni-

mento in salute di ogni essere vivente e Le Scienze mediche ispirate a principi naturali si fondano su una precisa “filosofia”: aiutare i processi fisiologici, interferendo il meno possibile con gli stessi. Con i suoi rimedi la Natura si rivela sempre più come un grande “laboratorio a cielo aperto”, infinitamente più ricco del più avveniristico centro di ricerca umano. Ogni prodotto viene quindi studiato nella sua definizione specifica e generale e viene accuratamente selezionato ogni materiale che lo compone. Le soluzioni e le Aziende che collaborano nella fornitura dei materiali e al trattamento degli stessi sono state selezionate accuratamente in base al loro livello di qualità del servizio ed efficacia produttiva. Aziende di supporto che condividono non solo un rapporto commerciale con Quantum, ma interscambiano pensieri, stili di vita, mission aziendale. Ogni prodotto viene confezionato in recipienti che

rispettano ogni norma per la salute dell’uomo e dell’ambiente, viene seguito nelle varie fasi da esperti che vengono coinvolti nel Progetto fin dall’inizio e proseguono nelle varie fasi, soprattutto nell’utilizzo dello stesso. Non vi è fase che non preveda il controllo del prodotto, il monitoraggio, l’eventuale



modifica, il miglioramento.

IL RISPETTO PER IL CLIENTE-CONSUMATORE

E' stata prevista un'accurata presa in carico del cliente che diventa parte integrante del Progetto-Quantum, apportando le sue testimonianze, i suoi consigli, le sue impressioni ed opinioni. Il cliente quindi si sente partecipe di un Progetto di vita, più che semplice utilizzatore di un prodotto. Impara ad acquisire uno stile di vita, migliora il suo vivere quotidiano, fino a sentirsi una importante tessera all'interno di un mosaico che si chiama vita. Ed è proprio in base a questo concetto che Quantum vede sempre più trasformare i clienti in consulenti, percepisce la voglia di voler "passare il favore" da parte di coloro che hanno trovato delle soluzioni a qualcun altro, avvertendo che qualcosa sta cambiando in meglio, per il bene dell'umanità. L'Azienda vuole crescere insieme a coloro per cui è iniziata la sua attività, vuole diffondere non solo prodotti ma anche la possibilità di cambiamenti, vuole allargare confini non solo territoriali ma anche mentali, vuole poter affermare che anche quella che potrebbe sembrare una goccia è proprio quella goccia che, unita ad altre, forma l'oceano. Quantum ha delle certezze tra le quali c'è quella che i suoi prodotti sono sinonimo di Potenza – Sinergia – Sicurezza – Efficacia – Costanza – Coerenza. E' certa della sua etica e di quello che vuole portare avanti con coloro che devono avere la stessa mission per poterlo fare: non si può e non si deve restare fermi



ad aspettare che il mondo peggiori senza fare nulla: ecco perché nella sua Sede operativa di Parma, una struttura che accoglie clienti e collaboratori con accurata attenzione e con una straordinaria veste ecologica, dove ogni bene e servizio rispettano precisi ideali.

LE AREE DI SVILUPPO, L'ORGANIZZAZIONE COMMERCIALE E IL COMITATO SCIENTIFICO

Quantum Italy organizza e pianifica il suo lavoro e lo diffonde in tutta Italia, cominciando a guardare con successo oltre i confini nazionali, per coinvolgere ed abbracciare persone che parlano un'altra lingua ma vivono nello stesso pianeta. Oramai le aree dei prodotti sono diverse e Quantum Italy può introdurre nel suo vocabolario aziendale parole e prodotti che riguardano Acqua – Bioenergia – Rimedi naturali – Igiene naturale. Fiore all'occhiello ma anche scelta importante di un'Azienda che cerca la condivisione e la su-





pervisione scientifica, è un Comitato Tecnico Scientifico composto da oltre 40 membri: Professionisti che apportano il proprio contributo in qualità di ricercatori volontari, col fine ultimo di mettere a disposizione dei consumatori prodotti che rispondono ad esigenze multiple, accomunate dalla conservazione della salute e del benessere. La modalità di informazione è basata non solo sulla pubblicazione dei prodotti ma anche tramite momenti che prevedono:

- Meeting in front office
- Meeting in Webinar
- Seminari tematici
- Lezioni in Academy
- Meeting Personal Tutor
- Articoli pubblicati su riviste
- Partecipazioni a sessione di corsi specialistici dei Membri del Comitato Tecnico Scientifico Quantum.

Quantum Italy conta su di una costante diffusione delle conoscenze relative ai prodotti ed ai servizi che seleziona, sviluppa e offre, ma crede ancor di più nella



formazione generale sugli stessi, in grado di lasciare una traccia molto più importante e duratura. Solo grazie alla conoscenza possono svilupparsi un business etico e una crescita di attività. In questo progetto particolare cura è dedicata al sito istituzionale (www.quantumitaly.it) la cui redazione e supervisione scientifica e aggiornamento costante dei contenuti informativi del sito sono curati da A.Na.M. (Associazione Nazionale Massoterapisti, Massaggiatori e Operatori sportivi) il cui Presidente, Prof. Ermes Rosan, è anche membro del Comitato Tecnico Scientifico-Quantum Italy.

IL PRESIDENTE

Giuseppe Spataro nasce in terra di Puglia, dove fin da bambino, nel contatto con una natura ed un ambiente unico al mondo, ai tempi ancora incontaminati, prova interesse e predisposizione per tutto quello che riguarda salute, benessere, crescita personale. Gli anni passano e, nonostante le varie attività intraprese quale agente immobiliare, assicurativo e finanziario, non perde di vista l'obiettivo di occuparsi prima o poi di un progetto che sente vitale, in grado di portare novità impensabili a tutti. Studia da autodidatta discipline multiple, utili alla creazione di prodotti unici, ricerca in Italia e all'estero, si confronta con professionisti di vari settori, condivide progetti con collaboratori ed esperti, vedendo crescere sempre più il desiderio di cambiare qualcosa, per la qualità della vita di ogni essere umano.

Si trasferisce in Emilia nel 1995, a Parma, dove si occupa ancora di commercio ma nell'ambito del lusso, come agente prima e successivamente quale Direttore Commerciale Italia di un'azienda orafa, fino a quando, nel 2011, fonda, con il fratello Massimo e il figlio Alessio, Quantum Italy, ponendo le premesse per la realizzazione del sogno che lo accompagnava da sempre. Un importante riconoscimento alle sue competenze ad un particolarissimo stile imprenditoriale è la nomina nel 2014 a "Visiting Professor in Etica ed Innovazione d'Impresa" da parte di Saint George School. ♦



La famiglia Spataro durante una Convention, in compagnia della Dott.ssa Mara Sarori, del Comitato Tecnico Scientifico

Sette domande al Presidente

Presidente, Lei è uno dei Soci fondatori di Quantum Italy e conduce un'Azienda che si sta espandendo sempre più: secondo Lei qual'è la chiave di tale espansione?

La chiave della nostra crescita racchiude tre valori per noi fondamentali e inscindibili: Etica, Passione, Professionalità. Abbiamo voluto dare un ordine al nostro operare che rispecchia altri tre concetti base per la miglior riuscita di un Progetto e sono quelli che ci vedono in tre fasi che non possono essere separate o inter-scambiate: Ascoltare, Comprendere, Agire. Io, mio fratello Massimo e mio figlio Alessio, la nostra Azienda, abbiamo “ascoltato” la richiesta di chi può chiedere ma abbiamo ascoltato anche il messaggio di aiuto proveniente da un ambiente che urla in silenzio il suo bisogno di aiuto. Abbiamo “compreso” il problema cercando soluzioni che spaziano oggi su più aree rivolte sia alla persona che al pianeta. Soprattutto abbiamo “agito” con determinazione e forza, ma anche con il coraggio di coloro che cominciano a tracciare un percorso nuovo, su un terreno sedimentato, incontrando inevitabili interferenze e ostacoli. Ma abbiamo scoperto

lungo il nostro viaggio che ci ha portato fino a qui oggi che sappiamo farlo e vogliamo continuare a farlo anche in futuro.

Qual è stato il punto di partenza della Sua Azienda, il primo prodotto?

Quantum nasce partendo dalla “bioenergia”: troppo della vita di un essere umano dipende dalla sua energia, troppo la bioenergia viene a regolare nel suo vivere azioni e riduzioni delle stesse. Sono nati così i dispositivi QP, all'apparenza semplici dischetti, contenenti oro, argento, platino ed altri metalli nobili, utilizzabili per applicazioni kinesio-mirate o inserite in suole in grado di cambiare letteralmente la vita di chi li utilizza. So che Pianeta Salute se ne occuperà presto e non mi dilungo. Ma se la bioenergia era un punto fermo su cui lavorare con prodotti che dovevano agire su un corpo, il fatto che quel corpo dovesse avere la possibilità di essere depurato diventava sempre più pressante. Ecco così nascere, dopo studi ed applicazioni varie e mirate, la soluzione Acqua Quantum, un sistema unico, basato sul principio della “osmosi inversa”, perfezionato con aggiunta di sali minerali

per adeguare pH e durezza alle singole esigenze, capace di rispondere al bisogno del corpo umano di depurarsi, utile anche all'ambiente per poter contare sulla forza dell'acqua senza il danno del materiale che la contiene, la plastica. Si sa, non è biodegradabile, e isole di plastica ormai soffocano la vita marina negli oceani: invito i lettori a cercare sui motori di ricerca "Pacific Trash Vortex", sarà per chi non conosce il problema, una agghiacciante sorpresa. Non aspettiamo che siano i politici a risolvere problemi pesantemente condizionati dal business: ognuno di noi, nel suo piccolo, che piccolo non è, può cominciare da subito a non inquinare il pianeta, bevendo acqua purissima e utilizzandola per cucinare con risultati sorprendenti. L'inquinamento è aumentato spaventosamente negli ultimi anni, arrivando a livelli insostenibili e inducendoci a pensare che servivano altre soluzioni e supporti. Da questa osservazione ci siamo impegnati per ampliare le nostre aree di intervento, la cui importanza e valore sono racchiusi in una parola d'ordine: "Difendiamoci". Nascono così le due nuove linee, quelle dei Rimedi Naturali e dell'Igiene Naturale che stanno dando risposte incredibilmente positive.

A volte un prodotto può aprire le porte ad un mercato sconosciuto ma questo può bastare a far estendere un'Azienda o le Sue scelte sono state anche altre? Prevede ulteriore possibilità di espansione?

Provenendo dalla distribuzione tradizionale e con la consapevolezza che nella maggior parte dei casi le Aziende prestano molta attenzione alla comunicazione e alla pubblicità dei loro prodotti ponendo in secondo piano la qualità e l'impatto del prodotto nell'ambiente, ho ritenuto opportuno distribuire le nostre soluzioni attraverso il Sistema del Network Marketing, ormai utilizzato in tutto il mondo con risultati a dir poco incredibili. Tale Sistema oltre ad offrire prodotti di qualità con costi che vengono contenuti maggiormente, saltando le tradizionali tappe intermedie della distribuzione, offre anche una concreta opportunità professionale al consumatore, che ha la possibilità di "passare il favore" dopo aver conosciuto il prodotto, provandolo come utente/cliente, ottenuto dei benefici e valutato i risultati.

Come si può arrivare a costruire una buona rete nazionale e avviarne una internazionale in così poco tempo?

Abbiamo puntato all'individuo, alla persona, al raggiungere per comunicare un Progetto e non solo per far conoscere un prodotto. Abbiamo voluto lasciare traccia in persone che a loro volta potessero essere parte di noi. L'andare oltre confine significa portare anche il volto nuovo di un'Italia che vuole cambiare, per tornare a lasciare traccia nel mondo, insegnando stili di vita. Vuole soprattutto, con i nostri prodotti, dare nuova qualità alla vita. Ognuno di noi ha delle potenzialità che sono infinite se solo le vogliamo valorizzare magari sposando idee, opinioni, interscambi. L'obiettivo di Quantum Italy, e ci siamo vicini, è quello di diventare un'Azienda leader a livello Mondiale diffondendo prodotti unici ed un modo altrettanto unico di "essere Azienda".

Ma Quantum Italy non è solo Produzione – Diffusione – Vendita, vero?

Certo, la mia grande soddisfazione è che durante questi anni ho conosciuto professionisti e persone speciali da cui è nato un Comitato Tecnico Scientifico di grandissimo spessore, unico nel suo genere per aziende commerciali. Un team di professionisti che si sono contraddistinti nelle relative Discipline, che hanno portato consigli, studi, esperienze. Esperti che si relazionano tra loro e con noi, che supportano con massima disponibilità i nostri consulenti e i nostri clienti. Un Comitato che relaziona in occasione dei nostri Meeting, Seminari, Convegni, presentando "case report" osservazionali che prevedono anche, ma non esclusivamente, l'utilizzo dei nostri prodotti. Un Comitato che si impegna costantemente nel "fare la differenza", in un Progetto in cui crede.

Quantum Italy, quindi proiettata al futuro, quali sono i vostri prossimi progetti?

Ne abbiamo veramente tanti ma ne sviluppiamo uno alla volta concentrandoci al meglio su ognuno di essi. Pensiamo sempre ad abbracciare nuove soluzioni per la produzione di nuovi prodotti in linea con i precedenti. Ma c'è un progetto che rimane sempre costante nel nostro vivere e che non cambierà nel corso degli anni nostri e della nostra Azienda: condividere con tutto il mondo la nostra filosofia di vita.

Se dovesse descrivere con tre parole la Sua Azienda quali userebbe?

Quantum Italy: Azienda Visionaria – Etica – Sostenibile. ♦

*Dalla Russia una tecnologia alla portata di tutti,
contro molte patologie*

Acqua Viva e Acqua Morta



di Halyna
Vladimirovna
Korniyenko

NON FACCIAMOCI TRARRE IN INGANNO DA DUE AGGETTIVI

Usano termini evocativi i tecnologi russi che hanno messo a punto dispositivi domestici, per il trattamento dell'acqua, ma non devono trarre in inganno: "viva" e morta" sono aggettivi che possono suscitare evidenti emozioni, ma tutto è riconducibile ad un semplice processo di elettrolisi e sia la prima che la seconda trovano impiego per la salute umana. La vita è un flusso di elettroni che decelera nelle patologie e si esaurisce con la morte: con altri termini entra in gioco, parlando di acqua, il suo pH, cioè il grado di "acidità", per cui acque "basiche" (alcaline) avranno caratteristiche "vitali" e acque acide caratteristiche opposte. Il che non significa che non ci siano ambiti di utilizzo per le une e per le altre. In occidente, anche alla luce dell'inquinamento

reale di acque sia di rubinetto che in bottiglia, il business dei depuratori di ogni genere è in forte aumento, e certamente ha una sua ragion d'essere (in particolare sistemi ad osmosi inversa sono indubbiamente utili per un utilizzo domestico), in Russia ed altri paesi dell'Est Europa, viceversa, la tecnologia, sulla base di studi sovietici iniziati negli anni '80 e tenuti a lungo segreti, ha sviluppato dispositivi di costo estremamente contenuto per poter utilizzare acque "vive" e "morte" secondo precise strategie, adeguatamente sperimentate. Il processo è semplice e si basa sull'elettrolisi, utilizzando dispositivi che consentono di ottenere acqua a potenziale elettrico positivo o negativo, stabile per un tempo limitato, durante il quale può essere efficacemente e variamente utilizzata. L' "acqua viva", a potenziale negativo, alcalina, ha proprietà curative, mentre l' "acqua morta", carica positivamente, acida, ha proprietà principalmente disinfettanti, anche se entra in molti schemi di utilizzo combinato con quella "viva". Nel processo elettrolitico viene inoltre notevolmente migliorata la qualità dell'acqua, in termini di rimozione di contaminanti e prodotti chimici, batteri, funghi e microorganismi in genere, aspetto questo che implicherebbe la disponibilità di strumentazioni in grado di trattare grandi quantitativi di acqua: ci limiteremo quindi a trattare le molteplici possibilità di impiego dei piccoli apparecchi domestici.

APPLICAZIONI

Acque trattate con corrente elettrica, accelerano la guarigione di molte malattie a livello gastrointestinale, epatico, respiratorio, cardiovascolare e renale, con importanza non solo terapeutica ma anche preventiva. Gran parte delle informazioni che seguono sono tratte da pubblicazioni del Dott. G. Malakhov, noto esperto



dell'argomento. La scienza ufficiale russa riconosce da tempo che l'acqua "viva", ottenuta dal processo di elettrolisi, ha alta efficacia immunostimolante, detossificante e rigenerante (Delibera № 211-252 / 791 del Comitato farmacologico dell'URSS), mentre l'acqua "morta" ha salvato centinaia di pazienti affetti da ferite infette e piaghe da decubito che risultavano non trattabili efficacemente con le strategie convenzionali, ponendo il serio dubbio se il concetto di "convenzionale" non vada a questo punto rivisitato.

PROPRIETÀ MEDICALI

Acqua morta

L'acqua attivata è utilizzata in Federazione russa e altri stati della CSI, in Giappone, India, Israele e, in Europa, Austria, Germania, Polonia. Priva di effetti tossici, ha accumulato una ricca documentazione nel tempo, ad iniziare dal 1981 quando l'inventore dell'apparecchiatura (Krotov) si ammalò seriamente a livello renale come conseguenza di un adenoma prostatico da cui guarì, senza intervento chirurgico, utilizzando l'acqua del suo dispositivo. A questa prima esperienza seguì un eclatante successo nel trattamento di una ferita infetta riportata dal figlio, ad un braccio, ribelle ad altre terapie. Da queste esperienze isolate iniziò un impiego sempre più allargato che evidenziò effetti generalizzati sulle patologie più diverse, dall'ipertensione ai problemi circolatori al trattamento di ustioni, patologie odontostomatologiche, otorinolaringoiatriche, reumatologiche, neurologiche e ginecologiche. Al tempo stesso si allargava l'impiego di "acqua morta" per il trattamento disinfettante di materiale chirurgico e ambienti ospedalieri. L'"acqua morta" conserva per una, due settimane dalla preparazione la sua attività.

Acqua viva

Ha forti attività bio-stimolanti, proimmunitarie e antiossidanti e il suo impiego si rivela essere in qualche modo fonte di energia vitale, migliorando il metabolismo e la sensazione di benessere. Usata anche per lavarsi ammorbidisce la pelle gradualmente, leviga le rughe, elimina la forfora, migliora la struttura dei capelli. Descritta da alcuni come "acqua della vita", agisce visibilmente su ogni or-

ganismo vivente; anche i fiori appassiti riprendono vitalità e, in agricoltura aumenta notevolmente la resa di bacche e frutti in genere. L'unico inconveniente dell'acqua viva è che perde rapidamente le sue proprietà terapeutiche dopo la preparazione: se conservata in un contenitore chiuso in un luogo buio può essere utilizzato al massimo per due giorni, il che ha reso necessaria la messa a punto di dispositivi domestici.

USO SEQUENZIALE

Laddove sia presente una flora alterata, con problematiche locali ad essa connesse, è necessario l'uso in sequenza: ad esempio nelle infezioni ginecologiche, risolvibili in tempi sorprendentemente brevi, si raccomandano lavaggi con "acqua morta" durante il giorno, seguiti la sera da utilizzo locale di "acqua viva". Analogamente per patologie intestinali: assunzione di "acqua morta" al mattino e "acqua viva", a stomaco vuoto, successivamente, sono in grado di risolvere in pochi giorni patologie complesse e tendenti alla cronicizzazione. La sottostante tabella esemplifica solo alcune possibilità di utilizzo, essendo oltre cinquanta le patologie per cui è stata verificata efficacia dell'uso delle due forme di acqua elettrolitica.

- **Ipertrofia prostatica:** per 5-10 giorni, 30 minuti prima dei pasti, assumere mezzo bicchiere di acqua "viva". Effetti in una settimana.
- **Faringodinia (mal di gola):** 3-5 volte al giorno dopo i pasti gargarismi acqua "morta" e seguiti da risciacquo con acqua "viva". Effetti pressoché immediati.
- **Allergie:** per tre giorni consecutivi, dopo il pasto, sciacquare bocca, gola e naso con acqua "morta". Dopo ogni risciacquo bere 1/2 tazza di acqua "viva".
- **Dolore alle articolazioni di mani e piedi:** 3 volte al giorno prima dei pasti assumere mezzo bicchiere d'acqua "morta" per 2-5 giorni, nel corso dei quali è prevedibile un rapido miglioramento della sintomatologia.
- **Asma bronchiale e bronchite:** 4-5 volte al giorno, dopo i pasti sciacquare la bocca, la gola e il naso con acqua "morta" tiepida. 10 min. dopo ogni risciacquo bere 1/2 tazza di acqua "viva". Inalazione con l'acqua "morta: 1 litro di acqua riscaldata a 70-80 °C e respirarne il vapore per 10

Pietre di
Shungite



minuti. Ripetere 3-4 volte al giorno. L'ultima inalazione può essere fatta di acqua "viva" e bicarbonato di sodio.

- **Problemi epatici:** per 4-7 giorni, assumere 4 volte al giorno 1/2 tazza di sola acqua "morta", successivamente solo acqua "viva".
- **Colite:** dopo un giorno di digiuno bere per due giorni 3-4 volte 1/2 tazza di acqua "morta"
- **Gastrite:** per tre giorni, 3 volte al giorno mezz'ora prima dei pasti bere l'acqua "viva". Il primo giorno 1/4 di tazza, i successivi 1/2.
- **Emorroidi:** per 2-7 giorni al mattino lavare con acqua "morta", e poi applicare tamponi con acqua "viva", sostituendoli più volte nel corso della giornata.
- **Ipertensione:** durante la giornata, assumere 2 volte 1/2 tazza di acqua "morta".
- **Ipotensione:** assumere 1/2 tazza di acqua "viva" 2 volte al giorno.
- **Elmintiasi intestinali:** Fare un clistere di pulizia, prima con acqua "morta" e un'ora dopo con acqua "viva". Durante il giorno, bere ogni ora due terzi di tazza di acqua "morta". Il giorno successivo di bere 0,5 tazze di acqua "viva" mezz'ora prima di ogni pasto.
- **Ferite infette:** pulizia con acqua "morta", seguita dopo 3-5 minuti da impacco con l'acqua "viva", poi per 5-6 volte al giorno bagnare solo con acqua "viva".
- **Cefalea:** bere 1/2 tazza di acqua "morta" alla comparsa del sintomo.
- **Odontalgie:** sciacquare la bocca con acqua "morta" per 5-10 minuti.
- **Pirosi gastrica:** bere 1/2 tazza di acqua "viva".
- **Acne:** mattina e sera lavare le parti colpite con un acqua "viva" e lasciare asciugare.

- **Insomnia:** l'assunzione regolare di un bicchiere acqua "viva" mezz'ora prima del pasto serale ha in genere effetti sulla quantità e sulla qualità del sonno.

"SALUS PER AQUAM"... ELETTROLITICAMENTE TRATTATA

Esistono molti dispositivi prodotti in Federazione russa ed altri paesi, facilmente reperibili in rete: la mia famiglia utilizza quella della fotografia, comprata in Russia con poca spesa. Ne ho già potuto verificare direttamente la efficacia in molti casi, i più eclatanti una problematica dentale risolta in poche ore (gengivite, trattata solo con risciacqui di acqua "morta") e un notevole miglioramento della qualità del sonno, ottenuto assumendo un bicchiere di acqua "viva" mezz'ora prima di cena. Aggiungo che per la preparazione utilizzo comune acqua del rubinetto che per 24 ore sia stata conservata in un recipiente di vetro contenente "Shungite" (100 grammi per litro d'acqua, riutilizzabile con semplice lavaggio delle pietre). La Shungite è una pietra scura opaca, che arriva dal nord-ovest della Russia, la Carelia, prendendo il nome dal luogo dove viene estratta, il lago Shunga. Ha proprietà purificanti, di cui tratterò in un prossimo articolo. Parlare di questo trattamento dell'acqua urta certamente contro molti interessi settoriali e, indirettamente, anche farmaceutici: credo però che la forza dell'evidenza e il basso costo di queste semplici apparecchiature consentiranno presto anche nei paesi occidentali di utilizzare al meglio le straordinarie potenzialità terapeutiche racchiuse nella molecola dipolare senza la quale la vita stessa non sarebbe apparsa nel Pianeta. ♦



L'apparecchiatura
per il trattamento
elettrolitico
dell'acqua

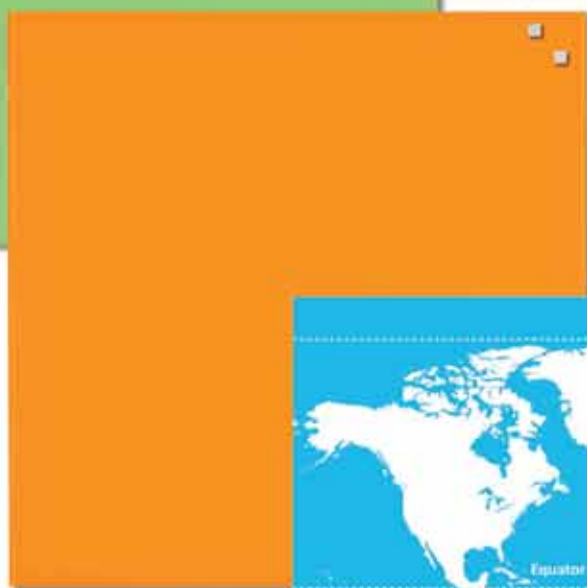
**MOLHO
LEONE**



*Think different
Think positive
Enjoy it*



LAVAGNE IN VETRO
COLORATO, MAGNETICHE
E SCRIVIBILI



Ideali come lavagne,
bacheche e complemento
d'arredo per comunità

Per ulteriori informazioni
visita il sito www.arkeitaly.it
o contattaci





a cura di **Michela Cicuttin**,

Biologa Nutrizionista e Mindful Eating Coach, Visiting Professor Sain George School ("Nutrigenomica")
scrive per il blog "My Mindful Bite" (michelacicuttin.com)

ed è membro del Comitato scientifico di Pianeta Salute ("Disturbi del comportamento alimentare")

Mangiare a Natale: come fare per non sentirsi in colpa!

E' ufficiale: il Natale è alle porte!

E con questo, la quantità di cene, feste ed aperitivi inizia a moltiplicarsi. Purtroppo chi è a dieta rischia di vivere queste giornate di festa come un momento di grandi rinunce, paure di sbagliare e frustrazioni se le cose non vanno come vorrebbe, con il rischio di abbandonare la dieta e abbuffarsi di tutto e di più. Questo è altamente pericoloso e dannoso. In fondo è Natale per tutti, anche per chi ha qualche chilo in più! Quindi come fare per mangiare a Natale liberamente senza impazzire e cadere nella trappola del senso di colpa?

Esistono dei semplici consigli che puoi seguire per affrontare in serenità questo periodo che, per chi è a dieta, può sembrare un percorso ad ostacoli.

7 semplici consigli per destreggiarti senza paura tra i tavoli imbanditi del Natale.

#1 Sii realista.

Non cercare di perdere peso durante il Natale! Il tuo obiettivo deve essere quello di mantenere il tuo peso attuale. E' giusto porsi degli obiettivi anche durante le vacanze ma devi essere realista. Dire "non assaggerò neppure un dolce durante tutte le festività" probabilmente non lo è, "li mangerò solo nelle occasioni speciali" forse già di più. Poniti solo obiettivi che pensi di poter raggiungere.

re, sii onesto riguardo i tuoi limiti. Altrimenti saranno solo fonte di frustrazione, e rischieresti di rovinarti un bel periodo di festa.

#2 Pianifica il tempo per l'esercizio.

Le vacanze sono il momento perfetto per essere meno sedentario, dato che non sei inchiodato in ufficio di fronte al tuo computer! Camminare, nuotare, sciare o qualsiasi altro passatempo piacevole può essere un buon modo per consumare le calorie extra introdotte senza sentirti troppo in colpa.

#3 Puoi mangiare tutto ma mastica, mastica e mastica ancora.

E' facile dimenticarsi di masticare soprattutto quando c'è una montagna di cibo delizioso di fronte a te. Ma ricordati che la cosa più importante è apprezzare davvero quello che mangi. Masticare ti aiuta a rallentare e a renderti conto che in realtà hai bisogno di molto meno di quello che pensi per sentirti appagato.

#4 Prepara un piano di attacco.

Avere un piano strategico è fondamentale per vincere la guerra che



sia in trincea o davanti ad un cotechino. E' fondamentale averlo ben chiaro in testa: siediti alla scrivania e scrivi la tua strategia.

#5 Parola d'ordine: NO PANIC!

Se uno dei tuoi piani di attacco non funziona come volevi e ti ritrovi con il panettone tra i denti, ricordati sempre: non è la fine del mondo! DON'T PANIC. Le tue scelte alimentari non equivalgono al tuo valore come persona e rimani positivo anche quando le cose non vanno come avevi pianificato. Evita i sensi di colpa che non servono a nulla, evita la trappola della perfezione. Essere perfetti è impossibile e cambiare il modo di rapportarsi al cibo è un percorso lungo che richiede tempo e coraggio. Se senti di esserti abbuffato non cadere nel panico e auto punirti perché non sei stato sufficientemente forte. Mangiare troppo non è un crimine

e non ti rende una persona cattiva. Cerca di vedere l'umorismo in ogni situazione. Prendersi cura di se stessi significa anche perdonarsi quando si sbaglia. Questo è un periodo di gioia, non lasciare che un paio di situazioni frustranti ti rovinino le feste.

#6 Resisti all'effetto "WHAT-THE-HELL".

Se sei a dieta sai di cosa sto parlando. Si tratta di quel momento in cui realizzi che hai superato il limite che avevi pianificato e decidi di mandare tutto al diavolo e abbuffarti come se non ci fosse un domani. Ma un domani c'è, e a quel punto dovrai farai i conti con le conseguenze. Purtroppo, mentre la tua testa va in vacanza, il tuo corpo no e continua a contare le calorie. Inoltre l'abbuffata non è mai appagante come la tua testa crede che sia, subito dopo esserti

ingozzato il senso di colpa inizia a farti sentire annullando immediatamente il piacere tanto desiderato. Quindi non farlo perché non vinci nulla! Cerca di mantenere sempre un certo equilibrio, mangia quello che vuoi ma sempre con consapevolezza.

#7 Impara dagli scivoloni.

Mantieni sempre una mentalità di apprendimento. Con molte piccole prove che dovrai affrontare nel periodo di Natale arriveranno anche piccoli scivoloni! Invece di saltare il tuo allenamento e mangiarti una coppa di gelato nella vasca da bagno per consolarti, basta che ammetti l'incidente come un errore di valutazione e ti chiedi cosa avresti potuto fare per evitarlo. La risposta non è "essere una persona migliore" o "essere più forte di fronte alla tentazione". Per esempio mangiare troppo poco a cena, soprattutto se poi devi uscire, ti porterà inevitabilmente ad avere fame più tardi. E' normale! Imparare dai propri errori è l'unico modo per fare progressi a lungo termine. E ogni volta che riesci in qualcosa, anche di piccolo, celebra la tua vittoria. Provare sensazioni di successo rende le tue azioni psicologicamente più significative, sentirti "BRAVO" è molto più motivante e utile che autopunirti!

Cerca di diventare una persona migliore giorno dopo giorno ma non criticarti troppo quando sbagli. Solo chi non ci prova non sbaglia mai. I risultati si ottengono con il tempo e la costanza ma soprattutto con l'amore verso se stessi e le proprie difficoltà. Sii compassionevole con te stesso e con gli altri. Perdonati. Amati!

Ti auguro di trascorrere uno splendido Natale pieno di gioia e divertimento!! ♦



Un progetto italiano vincente

Citrus l'Orto Italiano

La nutrizione sana che aiuta la Ricerca



di **Massimo Radaelli**,
Direttore
scientifico
Pianeta
Salute

ALIMENTARSI E NUTRIRSI

Sembrano sinonimi ma c'è sostanziale differenza tra "alimentarsi" e "nutrirsi": molti di noi si alimentano ma non si nutrono e le conseguenze possono essere gravi: il cibo che ingeriamo non solo può facilitare l'insorgere di patologie, per carenze o eccessi qualitativi, ma addirittura è in grado di influenzare il nostro patrimonio genetico, come la nuova scienza nutrigenomica sta chiarendo. "Fai che il cibo sia la tua medicina": su questa antica massima di Ippocrate si fonda non solo tanta parte del pensiero medico, culminata con il riconoscimento della Dieta mediterranea quale Patrimonio immateriale dell'Umanità, ma anche una realtà italiana destinata a fare scuola nel mondo: il Progetto "Citrus l'Orto Italiano", nato a Cesena e ormai ampiamente diffuso a livello nazionale.

CITRUS L'ORTO ITALIANO

Citrus l'Orto Italiano è una linea di prodotti agricoli a filiera controllata, studiato per soddisfare le esigenze di consumatori sempre più attenti ad un'alimentazione sana e sensibili all'importanza della Ricerca scientifica: l'assoluta novità è infatti che attraverso il proprio acquisto ogni consumatore può contribuire a sostenere gli obiettivi della Fondazione Umberto Veronesi, assumendo in prima persona, ogni giorno, un ruolo di protagonista. I prodotti di Citrus l'Orto Italiano, selezionati insieme alla Fondazione che porta il nome del grande Scienziato recentemente scomparso, sono quindi un concreto incentivo per tutti alla scelta e al consumo di vegetali coltivati esclusivamente in Italia, secondo antiche tradizioni e senza impiego di pericolosi ed innaturali "aiuti" chimici, il cui consumo costante apporta beneficio alla salute delle nostre famiglie: è ormai ben noto e validato dalle principali organizzazioni nazionali



ed internazionali che si occupano di nutrizione e alimentazione, che un consumo adeguato di frutta e verdura potrebbe modificare sensibilmente la stessa “mappa mondiale” delle principali malattie cronico-degenerative.

PREVENIRE È MEGLIO CHE CURARE

Coniugare alimentazione e salute è un preciso dovere: facendo prevenzione ci prendiamo cura di noi stessi, delle nostre famiglie, dello stato di salute dei nostri cari e della stessa probabilità di vivere bene e a lungo: questi sono i concetti di base di Citrus, divulgati, controllati e validati dalla Fondazione Umberto Veronesi insieme alla corretta informazione sulle proprietà benefiche dei prodotti de' L'Orto Italiano.

Il cibo non è quindi più solo un semplice mezzo per apportare calorie, ma strumento in grado di influenzare la qualità e la durata della nostra vita: la Medicina incomincia dalla nostra tavola.

L'ORTO ITALIANO ARRIVA NEI SUPERMERCATI COL BERGAMOTTO

Bergamotto, l'oro verde di Calabria: questo straordinario frutto, ancora poco noto se non nell'industria dei profumi, o per l'utilizzo aromatizzante in alcuni tè, quali l'Earl Grey, presenta importantissime caratteristiche nutrizionali e cresce in una ristretta fascia costiera del Sud della Calabria. Oggi il bergamotto è presente in molti supermercati, grazie all'azienda cesenate Citrus, confezionato nella linea “Citrus l'Orto Italiano”, un paniere di prodotti ortofrutticoli a filiera controllata, non trattati dopo la raccolta. Parte del ricavato delle loro vendite va, come si diceva, a sostegno della Fondazione Umberto Veronesi, per finanziare la ricerca scientifica nell'ambito della nutrigenomica. Questo agrume tipico e unico è ricco di flavonoidi, molecole antinfiammatorie e antiossidanti studiate per l'azione positiva sul sistema cardiovascolare, sulla regolazione del colesterolo e come potenziali agenti naturali antitumorali. A coltivarlo è Unionberg O.P., consorzio nato nel 2004, costituito da oltre quattrocento soci, tutti produttori di bergamotto, con aziende site in territorio reggino. La confezione è impreziosita anche dal logo della Regione Calabria. “Il nostro progetto nasce da una convinzione: siamo quello che mangiamo e la prevenzione inizia a tavola. Abbiamo inoltre sostenuto, grazie ai proventi delle vendite, una borsa annuale alla Fondazione Umberto Veronesi per sostenere l'attività di un Ricercatore”. Chi parla è Marianna Palella, AD di Citrus Srl, orgogliosa della risposta del mercato:



col brand “Citrus l'Orto Italiano”, in un settore altamente competitivo qual è quello ortofrutticolo, l'Azienda chiuderà il 2016 con un fatturato superiore ai 4 milioni di euro. Citrus Srl è nata a Cesena nel 2013 proprio da un'idea della giovanissima Marianna, universitaria allo IULM, volta alla ricerca di nuovi mercati ma con costante attenzione alla qualità dell'alimentazione e alla sostenibilità del progetto. Forte dell'esperienza ultraventennale dei genitori in ambito ortofrutticolo e affiancata dalla madre, Paola Pappalardo. (Responsabile commerciale di Citrus Srl) Marianna ha dato vita da poco più di un anno, nel marzo 2015 al brand “Citrus l'Orto Italiano”: prodotti ortofrutticoli freschi e di stagione, a filiera controllata.

La dottoressa Elena Dogliotti, borsista, col Prof. Umberto Veronesi e lo staff di Citrus Srl: Giuseppe Palella, Marianna Palella, e Paola Pappalardo, rispettivamente Responsabile di produzione, Amministratore delegato e Responsabile commerciale

IL CONSUMATORE

Prosegue Marianna Palella: “Ci muove la volontà di credere nel nostro lavoro, quindi non cambiarlo ma trovare le giuste indicazioni parten-



do proprio dal mercato e dalle richieste del consumatore, sempre più esigente e attento a certi valori. L'innovazione di "Citrus l'Orto Italiano" sta proprio in questo: ogni consumatore, scegliendo i nostri prodotti, ha la possibilità di diventare protagonista in prima persona e di dare il proprio contributo alla ricerca scientifica, il tutto attraverso un acquisto consapevole e solidale". Oggi i prodotti di "Citrus l'Orto italiano" sono coltivati in varie zone d'Italia, dalla Sicilia al Veneto: il limone, nelle sue tre fioriture, è tutto siciliano; il pomodoro è quello siciliano, di Pachino, fino alla primavera e romagnolo d'estate; gli aromi (peperoncino, origano e timo) sono siciliani; l'aglio è quello ferrarese di Voghiera (DOP); le insalate (Gentilina Rossa e Piccola Gemma) sono coltivate in campo aperto in Romagna, in estate, e in inverno fino alla primavera, in serra a Latina. Il broccolo viene dalla Puglia, il cavolo verde da Macerata; il bergamotto viene dalla provincia di Reggio Calabria, gli asparagi sono coltivati in Calabria e in Puglia. D'estate arrivano le mini angurie, prodotte dal meridione alle Marche, a partire da fine agosto ci sono le pere Coscia di Bronte, coltivate ai piedi dell'Etna e le susine romagnole. "Far comparire sui banchi dei supermercati italiani il bergamotto è stata una vera e propria sfida"- continua Marianna-. Abbiamo portato all'attenzione di una GDO inizialmente un po' scettica un prodotto esclusivo, che prima si poteva trovare solo sfuso presso qualche venditore al dettaglio. Ma noi eravamo convinti del successo, vista la preziosità di questo agrume, confermata anche da numerose ricerche scientifiche svolte da università italiane ed europee e ora ci siamo lanciati in una nuova scommessa: la Piccola Gemma, una lattuga romana verde da mangiare con forchetta e coltello, ricca di calcio e di ferro, che

offre una nuova idea, da servire a pranzo o a cena. E la Gentilina Rossa, con le preziose antocianine, antiossidanti e antitumorali naturali. Come per il bergamotto, stiamo cercando buyer che credano in noi e vogliano testare questi nuovi prodotti".

I NUMERI

Oggi Citrus dà lavoro a svariati dipendenti a tempo indeterminato e una cooperativa (Le Foglie società cooperativa agricola) unisce i produttori che hanno creduto nel progetto sociale dal primo giorno e altri che si stanno continuamente aggiungendo. La commercializzazione avviene solo nei canali della GDO, partendo da Coop Alleanza 3.0 sta crescendo in tutte le Coop, da Coop Nord Ovest che serve la Lombardia, Piemonte, Liguria a Unicoop Tirreno, passando da Unicoop Firenze e a breve in coop Centro Italia, su Milano da un paio di mesi è entrata nei centri commerciali della Grande I di Iper e in Unes e U2 con grande soddisfazione. La linea di Citrus l'Orto Italiano è già arrivato nei punti vendita di COOP Alleanza 3.0, in Veneto, Emilia-Romagna e Marche nei supermercati Conad, in Veneto nel circuito Ali e Aliper, nelle Marche presso Cedi Marche, a Torino presso il gruppo Dimar, nel Mezzogiorno nei punti vendita Simply e Iper Simply del territorio di Bari e Potenza. "E siamo solo all'inizio!"- scommette Marianna, aggiungendo con orgoglio che la prima borsa di studio riconosciuta alla Fondazione Umberto Veronesi è stata assegnata quest'anno alla Dottoressa Elena Dogliotti, Nutrizionista, nel corso della manifestazione per i Grant 2016. Citrus è ormai una realtà nel mondo economico italiano, innovativa e prestigiosa nella condivisione degli obiettivi della Fondazione Umberto Veronesi, attuale nella continua proposta di prodotti nazionali che rappresentano altrettante eccellenze regionali: Pianeta Salute intende diventare una voce di questa importante iniziativa, che unisce tradizione e innovazione in un profondo ed indissolubile legame con la Ricerca: "Citrus l'Orto italiano" diventerà presto anche titolo di una nostra rubrica, per parlare ai lettori di salute, benessere, solidarietà e ricerca. ♦



Geo Bimbi

leggi
gioca
impara

**Un giornalino
digitale innovativo**

ipertesti

**fumetti di
autori di Topolino**

**rubriche didattiche
per imparare
divertendosi**

**mategiochi
grammagiochi**

Scienze

Gli animali domestici

Oggi ho in programma un'intervista con dei personaggi davvero speciali: il Signor Giovanni e i suoi animali domestici. Sono così entusiasta! Arrivo in anticipo. Suono il campanello e mi avvicino alla porta.

-Chi è? - Chiede qualcuno.

-Bau? - - Chi è? - Chiede qualcun'altro.

-Sono la giornalista. Ho un appuntamento con voi.

-La porta si apre. Mi accolgono con cortesia.

con molta calma. Per conquistare la fiducia degli animali, lascio che mi annusino e mi osservano con attenzione. Scambio alcune parole con il Signor Giovanni ed ogni tanto rivolgo ai suoi amici alcuni sguardi e attenzioni. Quando si avvicinano li accarezzo lentamente. Mentre aspetto che siano pronti a parlare, Mi rivolgo al Signor Giovanni.

-Lei sa riconoscere le emozioni ed i bisogni del suo puppagallo? Ho imparato a capire il suo comportamento. Ad esempio in questo momento si è appollaiato sul trespolo, gonfia e su una zampa sola: questo vuol dire che vuole un po' di tranquillità.



GEO BIMBI

Giornalino per la Scuola Primaria N. 0
LEGGI-GIOCA-IMPARA

Disegni e storie PANARO/GATTO copyright 2015



**per saperne di più
visita il sito**

www.liberiter.it

e

**prenota
l'abbonamento**

modalità di pubblicazione dell'opera
spiegate nel sito della casa editrice
Liber Iter



Intervista a Raffaele Cattaneo presidente del Consiglio regionale

L'eccellenza del sistema sanitario lombardo



di **Daniele Rossignoli**

*Raffaele Cattaneo,
presidente
del consiglio
regionale*

“**C**he il servizio sanitario lombardo sia di qualità lo dicono i dati: continuiamo ad accogliere persone che vengono a curarsi in Lombardia da tutta Italia e anche da oltre confine, da diversi paesi europei”. Ad un anno dalla riforma sanitaria lombarda, il presidente del consiglio regionale, Raffaele Cattaneo, traccia un primo bilancio di quel percorso di rinnovamento del Sistema Sanitario che si è posto l'obiettivo di rafforzare la separazione delle competenze tra enti di programmazione (Agenzie di Tutela della Salute), erogatori di servizi (Aziende socio sanitarie territoriali) e organismi di controllo (Agenzia di controllo e Arca).

Un provvedimento, quello messo in atto con l'approvazione delle Legge Regionale n.23 dell'agosto 2015, che ha cercato di ridisegnare le funzioni e le competenze della Regione e degli altri enti del Sistema, al fine di ridurre i costi, migliorare i servizi e rafforzare i controlli. Il tutto affermando il principio di libertà di scelta della persona e di concorrenza tra strutture pubbliche e private.

“L'11 per cento delle prestazioni -sottolinea Cattaneo- sono fornite a soggetti che vengono da fuori Lombardia. Se la qualità di queste prestazioni non fosse superiore alla media non ci sarebbe questo 'pendolarismo





sanitario”. Tutto questo, osserva “non è frutto del caso ma di un percorso che ha tanti elementi, a cominciare da una tradizione medica di alto livello che in Lombardia c’è sempre stata. Inoltre la Regione ha deciso di valorizzare le esperienze migliori e questo ha spinto verso l’alto la qualità media del nostro sistema sanitario creando una competizione virtuosa anche tra gli ospedali, tra quelli pubblici e quelli privati. Tutto questo -aggiunge- ha permesso di avere prestazioni migliori a costi più contenuti”.

Quello che sorprende, secondo il presidente del Consiglio regionale della Lombardia “è che le prestazioni sono molto buone ma la spesa sanitaria, in percentuale al Pil, è molto più bassa nella nostra regione rispetto al resto del Paese. Tra gli istituti accreditati poi, siano essi pubblici che privati, non c’è alcuna differenza”. In questa seconda fase della nuova riforma, spiega ancora Cattaneo “si deve ripensare l’assetto della sanità sul territorio. Occorre cioè trovare luoghi dove poter curare quei pazienti che si trovano in una fase intermedia del loro percorso: che non sono così gravi da dover ricorrere al ricovero ospedaliero, ma neppure completamente guariti da poter stare a casa”.

Il sistema sanitario, insiste Cattaneo “deve

continuare a crescere soprattutto per quanto riguarda l’aspetto della sua umanizzazione. Si è investito molto in questi anni sulle tecnologie, sulle prestazioni più qualificate, sui macchinari più avanzati ma ad un ammalato non basta tutto questo. Un ammalato ha bisogno anche di cure umane, di avere vicino persone che si fanno carico dei suoi problemi, che spesso vanno al di là della malattia”. Negli ultimi dieci anni, sottolinea Cattaneo “in Lombardia sono stati realizzati dieci nuovi ospedali, tra i più moderni d’Europa. L’ultimo, in ordine di tempo, quello realizzato a Varese per le mamme e i bambini, dotato di un pronto soccorso pediatrico e ginecologico”.

Insomma, molto si è fatto e molto si sta facendo ancora per migliorare sempre più il sistema sanitario, anche con uno sguardo verso l’estero anche se, osserva infine il presidente del Consiglio regionale “mi sono reso conto che la qualità dei nostri ospedali, la qualità dei nostri macchinari, la qualità delle nostre università sono molto più apprezzate e conosciute all’estero di quanto non lo siano da noi. Spesso si fanno viaggi della speranza negli Stati Uniti -conclude- quando invece, proprio negli Stati Uniti pensano che per trovare il meglio si debba venire da noi”. ◆

*Il palazzo
di regione
Lombardia
a Milano*

Ioni negativi: purificare, rivitalizzare, ringiovanire



di **Ruggero Balzaretto**,

Medico
Chirurgo
- Specialista in
Endocrinologia,
Esperto in:
Medicina
Tradizionale
Cinese
Nutrizione
- Fitoterapia
- Floriterapia
- Acque
Vibrazionali -
Metodo
WHITE -
Diagnostica con:
TRIM-PROBE
(biopsie
elettroniche),
ATC 330
(analisi del
terreno con
bioelettronica)
balzaretto.
ruggero@tiscali.it

DEFINIZIONE DI IONE

Quando un atomo o una molecola perde o acquista uno o più elettroni si trasforma in uno ione, entità elettricamente carica, positiva nel primo caso (catione), negativa nel secondo (anione).

Il processo di ionizzazione necessita di sufficiente energia, potenziale di ionizzazione, (più basso per la prima ionizzazione, più alto per la seconda), che in natura è fornita da:

- Radioattività naturale emanata dal suolo e dall'aria
- Radiazione cosmica, raggi UV, scariche elettriche dei fulmini
- Eruzioni vulcaniche, calore
- Interazione tra aria e particelle solide (triboelettricità)
- Attrito/rottura delle molecole d'acqua, effetto Lenard (cascate, spiagge marine)
- Attrito di masse d'aria sulla crosta terrestre (venti caldi: foen, scirocco, maestrale, santa

ana, sharav, khasmin).

L'elettrone ha un'emivita brevissima e viene attratto da atomi di Ossigeno e Azoto, ma l'elettronegatività dell'Ossigeno è maggiore di quella dell'Azoto, per cui gli ioni negativi sono costituiti essenzialmente da molecole d'ossigeno. La crosta terrestre è ionizzata negativamente per cui respinge gli ioni negativi dell'aria e, a livello della superficie terrestre, vi è un rapporto ioni positivi/negativi di 5 a 4. Nell'aria gli ioni negativi (in genere di Ossigeno) sono poi circondati da molecole di vapore acqueo, idrogeno o ossigeno a formare dei piccoli ioni, questi si uniscono con un processo di clusterizzazione con altre particelle, polveri, pollini, inquinanti, batteri, spore, muffe, neutre o cariche a formare grandi ioni o di Langvin, che, data la loro massa, verranno attratti al suolo; i piccoli ioni sono molto mobili e biologicamente attivi, i grandi no.

Gli ioni positivi sono prodotti da: elettrodomestici, cellulari, linee elettriche, radiotrasmittitori, ripetitori, impianti di climatizzazione per la



frizione nei condotti e nelle ventole, venti caldi, indumenti ed altri materiali sintetici e la loro concentrazione aumenta con lo smog, nelle stanze chiuse e dove la vegetazione è scarsa.

Gli ioni negativi sono prodotti da: temporali, piante, acqua che scorre (cascate, ruscelli, mare), radiazioni ultraviolette maggiormente presenti in montagna e diminuiti da: impianti di condizionamento, inquinamento, polvere, pollini, fumo, umidità, elettricità statica indumenti sintetici.

Gli ioni poi si uniscono in nuclei di condensazione, vengono deviati da campi EMG, si repellono se di carica uguale, si attraggono annullandosi se di carica opposta. Ovviamente anche l'attività biologica degli ioni viene persa nel momento in cui la loro carica viene dissipata.

I PICCOLI IONI NEGATIVI SONO CARATTERISTICI DI AMBIENTI PURI E SALUBRI

L'aria ideale in una casa dovrebbe avere una concentrazione di almeno 1000-3000 ioni negativi per cm³. Maggiore è la concentrazione di piccoli ioni negativi, maggiore il benessere:

- 0-20: è difficile concentrarsi, batteri e virus proliferano. Es. stanze con aria condizionata.
- 20-100: Stanze, camere e uffici nelle città non arieggiate. All'interno dell'aereo. Centri commerciali. Valori simili sono misurati all'aperto in strade molto trafficate nelle ore di punta.
- 250-500: Stanze arieggiate in città.
- 500-1000: Aria di città.
- 1000-3000: Aria di campagna.
- 2000-5000: Aria di montagna, caverne e foresta.
- 5000-10000: Aria in un bosco di conifere.
- 5000-100.000: Aria di montagne molto alte, cascate, ruscelli, spiagge, dopo un temporale.

Negli studi sull'utilizzo di ioni negativi in terapia spesso:

- non era standardizzata la modalità di produzione: le dimensioni degli ioni erano variabili e gli ionizzatori spesso producevano prodotti non desiderati come Ozono e Ossido di azoto;
- in altri casi non furono monitorate, Temperatura, Densità ionica, Umidità;
- i soggetti studiati non venivano "messi a terra" e quindi le superfici esterne si caricavano elettrostaticamente respingendo poi gli stessi ioni;
- non c'erano standard di purezza dell'aria.

Tutto ciò produceva concentrazioni e dimensioni di ioni altamente fluttuanti con risultati ovviamente contrastanti.



EFFETTI BIOLOGICI DEGLI IONI DELL'ARIA

Le osservazioni sperimentali hanno stabilito comunque effetti fisiologici innegabili su: batteri, protozoi, vegetali, insetti, animali e nell'uomo.

A volte gli ioni indipendentemente dalla carica, svolgono azioni simili, in altri casi opposte.

Azioni indipendenti dalla carica:

- inibiscono la crescita di batteri e di funghi: su piani solidi e negli aerosol;
- maggiore crescita delle cellule vegetali (orzo, avena, lattuga) fino al 50% in atmosfere unipolari.

Azioni differenziate

- Le colture cellulari sono favorite nel loro sviluppo dalla ionizzazione negativa ed inibite da quella positiva;
- Sopravvivenza di topi esposti ad infezioni fungine o batteriche del tratto respiratorio: la Ionizzazione positiva la diminuiva, quella negativa la prolungava.

Direttamente o indirettamente tramite aumento della serotonina, causano:

- Spossatezza
- Insonnia,
- Irritabilità
- Tensione
- Cefalee
- Broncocostrizione (peggiorano l'asma)
- Ambliopia
- Palpitazioni
- Edemi
- Precordialgie

- Affaticamento Respiratorio
- Riduzione della Capacità Vitale Respiratoria fino al 30%
- Vampate di Calore
- Tremori
- Freddo
- Diarrea
- Iperuricemia
- Vertigini
- Ostruzione Nasale
- Gola Secca
- Diminuzione del Movimento dei Villi Tracheobronchiali
- Sudorazione
- Depressione
- Affaticamento Mentale
- Difficoltà di Concentrazione.

Tutti questi disturbi migliorano se i pazienti sono trattati con ioni negativi.

Gli ioni negativi, direttamente o riducendo i livelli di serotonina:

- Inducono Rilassamento Psico Fisico
- Migliorano il Sonno, Ripristinandone il Ritmo
- Migliorano il Tono dell'umore
- Stimolano il Movimento dei Villi Tracheobronchiali
- Favoriscono una Respirazione più Profonda
- Migliorano la Biodisponibilità dell'ossigeno
- Riducono gli Attacchi d'asma
- Diminuiscono i Fenomeni Allergici
- Modulano la Concentrazione di Istamina
- Migliorano Emicrania ed altre Cefalee
- Riducono/Eliminano i Dolori Cronici
- Riducono l'aggregazione Piastrinica (Prevenzione Trombosi)
- Potenziano il Sistema Immunitario
- Aumentano le Iga (Immunoglobuline di Difesa delle mucose)
- Accelerano la Guarigione delle Ferite e delle Ustioni
- Contribuiscono a normalizzare la Pressione Arteriosa
- Migliorano la Capacità di Termoregolazione
- Migliorano la Funzionalità Cardiaca
- Hanno un Effetto Antiaging
- Migliorano la Concentrazione Mentale
- Favoriscono la Guarigione di Ulcere e Gastroduodeniti

QUALE VIA DI SOMMINISTRAZIONE?

Gli Ionizzatori, sfruttano solo la VIA AEREA

- Salvo eccezioni, producono ioni negativi di medie e grandi dimensioni, utili per abbattere



l'inquinamento, la carica batterica, fungina, allergenica; migliorano la qualità dell'aria inspirata, ma non venendo assorbiti non sono biologicamente attivi.

- possono produrre ozono e campi EMG, potenzialmente dannosi.

IONIFLEX produce ioni negativi piccoli gli unici biologicamente attivi somministrabili per:

- VIA TRANSCUTANEA
 - Sintomatica, utilizzando i vari accessori laddove c'è il problema.
 - In accordo con la circolazione dei canali secondo i canoni della Medicina Tradizionale Cinese per un'efficacia ancora migliore.
 - Sui Chakras per una potente azione di riequilibrio psico/fisico e posturale.
- VIA AEREA
 - Ionizzando somministrazioni aerosoliche.
 - Ionizzando le molecole di Ossigeno durante ossigenoterapia (senza produzione di ozono o campi EMG nocivi).

L'utilizzo di Ioniflex offre grandi vantaggi e trova impiego in ambito veterinario e umano a scopo:

PREVENTIVO – ESTETICO – SPORTIVO – TERAPEUTICO, nei più svariati settori di base e specialistici.

Nella mia esperienza di Medico e in quella



dei Colleghi che utilizzano Ioniflex si sono potuti riscontrare i seguenti importanti effetti:

- Riattivazione del metabolismo cellulare con miglioramento dei parametri biochimici
- Miglioramento dell'attività mitocondriale verificata con bioelettronica di Vincent
- Azione antiinfiammatoria visibile su patologie cutanee dopo pochi minuti
- Azione antalgica anche in caso di dolori cronici
- Miglioramento della motilità articolare
- Rilassamento muscolare
- Diminuzione dei tempi di recupero dopo esercizio fisico
- Veloce drenaggio dell'acido lattico e di altri metaboliti
- Potenziamiento muscolare
- Pronta azione antiedemigena nelle ferite, nelle contusioni e nelle distorsioni
- Accelerazione del processo riparativo di ferite, fratture, ustioni
- Migliore effetto estetico sulla riparazione di ferite e ustioni
- Maggiore ossigenazione dei tessuti
- Aumento della tonicità del tessuto sottocutaneo, maggior produzione di collagene
- Scomparsa delle eruzioni acneiche (ulteriormente favorita dalla corretta alimentazione)
- Pelle più liscia, più idratata, più luminosa
- Drenante e disintossicante su tutti i tessuti

- Miglioramento della funzione respiratoria
- Diminuzione degli attacchi d'asma in frequenza ed intensità
- Riequilibrio della peristalsi intestinale, che contribuisce ad eliminare la stipsi
- Effetto anti-colitico: diminuiscono le scariche diarroiche e le feci tornano ad essere formate
- Maggior equilibrio psico-emotivo
- Effetto ansiolitico, antidepressivo, rilassante, rasserenante
- Maggior lucidità mentale, maggior produttività
- Rafforzamento del sistema immunitario
- Effetto battericida e fungicida
- Riduzione degli effetti collaterali di terapie farmacologiche anche pesanti (chemioterapia)
- Effetto anti-aging, che è la naturale conseguenza di quanto già esposto: drenaggio, migliore biodisponibilità dell'ossigeno, delle vitamine, degli oligoelementi, dei fitoterapici, con attivazione/ottimizzazione del metabolismo cellulare sostenuto ulteriormente dall'incremento della funzionalità mitocondriale, che è una delle azioni dirette e straordinarie della ionizzazione negativa a livello endocellulare.

CONCLUSIONI

Personalmente ho verificato quanto affermato direttamente nei miei pazienti con la bioelettronica di Vincent, non avevo trovato finora un trattamento così rapido nel risollevare l'attività mitocondriale e, se teniamo conto che tutte le patologie croniche e degenerative possono essere considerate malattie mitocondriali, la ionizzazione negativa con ioniflex potrebbe aprire la strada, con altri presidi, al trattamento di patologie considerate finora difficilmente curabili.

Ioniflex sta dando grandi soddisfazioni anche in ambito:

- Veterinario, dove si sono riscontrati gran parte degli effetti positivi già descritti ed in particolare un recupero velocissimo con "restitutio ad integrum" in caso di ferite importanti e complicate
- Estetico per le azioni che gli ioni negativi producono a livello cutaneo e sottocutaneo, come sopra riportato, ma soprattutto per il riequilibrio delle funzioni degli organi e dei visceri interni che rendono possibili e stabilizzano i risultati straordinari che già si ottengono a livello cutaneo e sottocutaneo. ♦

L'Università italiana: breve storia e focalizzazione di una crisi apparentemente irreversibile

Un'università romana nel ranking mondiale



di **Lorenzo Federico Radaelli**, Comitato scientifico di Pianeta Salute

NASCE IN ITALIA L'UNIVERSITÀ

Col termine "Università", nelle varianti fonetiche delle varie lingue, si intende oggi un Ente didattico operante nel settore dell'istruzione terziaria, nei campi della Ricerca e delle attività culturali, derivato dalla medievale "Universitas" sorta in Italia mille anni fa, quando docenti e studenti cominciarono ad organizzarsi in corporazioni. In Italia, a Bologna, convenzionalmente nel 1088, nasce la prima realtà accademica che utilizza il termine "Università", al punto che quell'Ateneo ama fregiarsi della qualificazione di "Alma Mater Studiorum". Nel 1158 Federico Barbarossa pubblica la constitutio "Authentica Habita", grazie a cui l'università diventa luogo di ricerca indipendente da qualsiasi altro potere. La presenza di un gran numero di studenti stranieri a Bologna portò alla nascita di associazioni ("universitates"), a tutela dei diritti comuni: le prime due universitates furono quella degli italiani e quella degli "ultramontani" (stranieri), che si suddivisero presto in "nationes" (toscani, campani, romani e lombardi), e successivamente in "subnationes" (diciassette nel XII secolo per gli italiani a 14 per gli stranieri). Il primato di Bologna è messo storicamente in discussione dall'esistenza, di fatto, di una "Schola Medica Salernitana" in Campania, già un secolo prima, da molti considerata antesignana delle future Università e, soprattutto, dalla considerazione che un'altra università, quella di Pavia, sorse nel 1361 da una Cattedra di

Diritto che esisteva già da secoli, prima della fondazione di quella bolognese. Poco importa: sta di fatto che l'Italia, culla delle Università, successivamente sviluppatesi in sedi prestigiosissime, da Padova a Napoli, da Perugia a Firenze, da Catania ad Urbino, da Roma a Milano, fino a toccare le principali città del Paese, è purtroppo da decenni in una crisi che la vede in caduta libera agli occhi del mondo.



Università degli Studi
Guglielmo Marconi

LE RAGIONI DI UNA CRISI

Pubblicazioni e convegni si sono moltiplicati negli ultimi anni per analizzare il problema del declino evi-

U-Multirank top 25 performers in interdisciplinary publications

In this list we present the U-Multirank 2016 top performers on the indicator 'interdisciplinary publications'.

The more a publication refers to publications belonging to different fields of science and the larger the distance between these fields, the higher is the degree of interdisciplinary research at a university. Given that the frontiers of research are often the edge of disciplines, the interdisciplinarity of research also reflects its innovative character.

The top performers on this indicator are spread across Europe (14) and Asia (7), plus two from the US and one from Egypt and Lebanon. The institutional profile of the top performers is diverse: the list includes universities with a focus on medicine and pharmacology as well as technical universities and more comprehensive universities.

The 25 top performers in interdisciplinary publications are:

- Tallaght Inst. Tech (Ireland)
- China Medical U Taiwan (Taiwan)
- Taipei Medical U (Taiwan)
- China Pharm. U (China)
- U Sadiat City (Egypt)
- U Guglielmo Marconi (Italy)
- Beirut Arab U (Lebanon)
- U Fernando Pessoa (Portugal)
- U Agric. Sci & VetMed Iasi (Romania)
- Kaohsiung Medical U (Taiwan)
- UAS & Arts Western (Switzerland)
- U Inf. Tech. & Management (Poland)
- Jinan U (China)
- U Nova Gorica (Slovenia)
- Punjab U (India)
- UAS Wiener Neustadt (Austria)
- U Greifswald (Germany)
- Pavol Jozef Safarik U Kosice (Slovakia)
- Mendel U Brno (Czech Republic)
- Agro ParisTech (France)
- U Defence Brno (Czech Republic)
- Harbin Medical U (China)
- Olin College of Engineering (United States)
- U Camerino (Italy)
- Montana State U (United States)

The list is sorted by indicator scores in descending order; possible ties are not marked.

dente delle Università italiane, desolantemente focalizzabile dalla scomparsa nelle classifiche mondiali: abbastanza semplicemente si è identificata la principale criticità del sistema universitario italiano nella esiguità di fondi pubblici stanziati per borse di studio (per il 2016: 50 milioni di euro, un quarto di quelli che servirebbero, secondo le Associazioni studentesche). Il professor Gianfranco Viesti, Docente di Economia all'Università di Bari, curatore del libro "L'università in declino. Un'indagine sugli atenei da Nord a Sud" (Donzelli Editore, 2016) sostiene che "negli ultimi dieci anni l'università italiana ha perso un quinto della propria dimensione, fatto mai successo prima non solo nella storia del nostro Paese ma in nessun'altra parte del mondo". C'è un evidente rischio di estinzione o, quanto meno, di marginalizzazione, fotografato dai numeri: immatricolazioni diminuite del 20%, 11.000 docenti in meno e calo di 13.000 unità nel comparto tecnico-amministrativo, con grave sperequazione fra Nord e Sud del Paese, a discapito del meridione, situazione mai contrastata da nessun recente Governo che, sempre secondo Viesti, ha sistematicamente agito in una politica di contrazione selettiva dell'Università. Se l'Italia intende crescere deve soprattutto investire in capitale umano e in termini di formazione, come avviene nel resto del mondo, ma non sta avvenendo: è il vecchio discorso della coperta troppo corta che, in una situazione di generale crisi economica, ha purtroppo innescato un circolo vizioso il cui risultato è l'interruzione di studi, peraltro non compensata da ricettività nel mondo del lavoro e, soprattutto, il fenomeno della "fuga dei cervelli". Non è certamente questa la sede per trattare argomenti di vitale importanza anche politica, evidenzio però che il problema ha forse anche altre radici, di natura strutturale, visto che un esempio virtuoso esiste e potrà forse sorprendere, rappresentando peraltro uno stimolo allo sviluppo delle tante potenzialità che certamente ancora esistono, alle varie latitudini del "Bel Paese".

L'UNIVERSITÀ GUGLIELMO MARCONI: DAL SITO ISTITUZIONALE UNA SINTESI STORICA

L'Università degli Studi Guglielmo Marconi, è la prima Università "aperta" (Open University), riconosciuta dal MIUR con D.M. 1 marzo 2004,

che unisce metodologie di formazione "a distanza" (materiale a stampa, dispense, Cd Rom, piattaforma e-learning) con le attività di formazione frontale (lezioni, seminari, laboratori, sessioni di ripasso e approfondimento) al fine di raggiungere i migliori risultati di apprendimento per lo studente. L'Università degli Studi Guglielmo Marconi è stata promossa nel 2001 ad opera del Consorzio Interuniversitario "Formazione per la Comunicazione" (FOR.COM.) e del Consorzio TERTIUM, formato dalla Cassa di Risparmio di Roma, WIND, Consorzio Interuniversitario "Formazione per la comunicazione" (FOR.COM.), CARISBO, N.T.A. S.r.l. Successivamente, nell'anno 2004, il Consorzio si è trasformato nella Fondazione TERTIUM, che ha ottenuto il riconoscimento della personalità giuridica, e il cui scopo è rappresentato dall'istituzione e sostegno dell'Università degli Studi Guglielmo Marconi. Nell'anno 2006 l'Università ha ottenuto anche il sostegno della Fondazione Marsilio Ficino, dotata di personalità giuridica, e finalizzata esclusivamente alla promozione delle iniziative di formazione "a distanza" (e-learning). L'Ateneo, pubblico non statale, è iscritto all'Anagrafe Nazionale delle Ricerche del Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca a cui partecipa con le sue strutture, centri e laboratori di ricerca. Le iscrizioni ai corsi di laurea restano aperte tut-

U-Multirank top 25 performers in international joint publications

In this list we present the U-Multirank 2016 top performers on the indicator 'international joint publications'.

The percentage of international joint publications reflects the degree to which a university's research is connected to international research networks.

The list of the 25 top performers does not include any US universities; their major partners in research cooperation are mostly other US universities. The list is characterised by a diversity of countries; higher education institutions from 19 different countries are represented. The list includes some higher education institutions from small countries (e.g., Liechtenstein, Luxembourg, Slovenia and Iceland) which do not have a large number of potential collaborators within their country. The top performer is a university of applied sciences from Austria; the top two are small institutions with a small absolute number of publications but with a high percentage of these internationally co-authored (more than 80 % each).

The 25 top performers in international joint publications are:

- UAS Wiener Neustadt (Austria)
- U Liechtenstein (Liechtenstein)
- King Abdulaziz U (Saudi Arabia)
- Qatar U (Qatar)
- U Guglielmo Marconi (Italy)
- I. Javakhtshvili Tbilisi State U (Georgia)
- Moldova State U (Moldova)
- Reykjavik U (Iceland)
- School of Hygiene & Tropical Medicine (United Kingdom)
- IESEG School of Management Lille (France)
- King Abdullah U Science & Technology (Saudi Arabia)
- U Luxembourg (Luxembourg)
- Beirut Arab U (Lebanon)
- Kwame Nkrumah U Science & Technology (Ghana)
- Mohammed V U Rabat (Morocco)
- HEC Paris (France)
- Technical U Federico Santa Maria (Chile)
- U Nova Gorica (Slovenia)
- U Lugano (Switzerland)
- Cardiff U (United Kingdom)
- King Saud U (Saudi Arabia)
- U Mons (Belgium)
- U Aberdeen (United Kingdom)
- Catholic U Peru (Peru)
- U Balamand (Lebanon)

The list is sorted by indicator scores in descending order; possible ties are not marked.

to l'anno. L'Anno Accademico inizia il 1 luglio e termina il 30 giugno.

ACCREDITAMENTO USA

L'internazionalizzazione è stata e resta uno degli elementi distintivi dell'Ateneo, che ha progressivamente incrementato l'offerta formativa in lingua inglese, spagnola, russa e greca. La vocazione internazionale dell'Università degli Studi Guglielmo Marconi si traduce nei numerosi accordi bilaterali con istituti di tutto il mondo e nell'attività dell'Associazione Guide (www.guideassociation.org), fondata e coordinata dalla Marconi sin dal 2005. Una tappa fondamentale e strategicamente rilevante in questo processo di espansione oltre i confini nazionali è costituita dal conseguimento nell'aprile 2015 dell'accREDITAMENTO negli Stati Uniti rilasciato dall'ACICS – Accrediting Council for Independent Colleges and Schools (www.acics.org), la più grande agenzia di accREDITAMENTO americana, diretta emanazione del locale Ministero dell'Educazione. Grazie a questo risultato l'università, unica in Italia e tra le poche in Europa, offre ai propri studenti più ampie possibilità di collocamento professionale in diversi paesi nel mondo. Sempre nel 2015 l'USGM ha inoltre istituito la Marconi International, una università completamente americana che eroga corsi sia in modalità online che in presenza nella sua sede di Miami. L'ottenimento di tale accREDITAMENTO permette all'Università di offrire agli studenti percorsi di studio equiparati per qualità e valore a quelli offerti dalle Università americane che hanno sede in Italia, e di essere inserita nella lista delle istituzioni ufficialmente riconosciute dall'ambasciata americana Roma <http://italy.usembassy.gov/reference/u.s.-education-in-italy.html>.

CLASSIFICA U-MULTIRANK 2016

U-Multirank è una classificazione di livello globale delle università e degli istituti accademici che si basa su un approccio multidimensionale e riguarda numerosi aspetti dell'istruzione superiore, inclusa la ricerca, la didattica, l'orientamento internazionale e il trasferimento di conoscenza. U-

Multirank è un sistema di ranking indipendente che beneficia del diretto supporto dell'Unione Europea e rappresenta uno strumento unico di confronto tra oltre 1.200 istituti d'istruzione superiore, 1.800 facoltà e 7.500 programmi di studio di 80 paesi diversi. Nell'ultimo rapporto pubblicato il 4 aprile 2016, l'università degli Studi Guglielmo Marconi compare nelle prime posizioni tra i top 25 performers a livello mondiale nelle categorie Pubblicazioni Interdisciplinari, Pubblicazioni Internazionali Congiunte e Pubblicazioni Congiunte per Area Geografica. Si tratta di un risultato straordinario che conferma il grande impegno dell'ateneo nel settore della ricerca nonché la sua indiscussa vocazione internazionale.

PROSPETTIVE

La strada è tracciata e siamo solo agli inizi: importanti accordi sono in corso di definizione per estendere l'offerta formativa della "Marconi" all'utenza cinese, che potrà trasformare l'Italia in una sorta di piattaforma verso il mondo accademico americano, anche grazie alla collaborazione capillare con istituzioni private lombarde, dotate di adeguate strutture tecniche e campus di accoglienza. ♦



U-Multirank top 25 performers in regional joint publications

In this list we present the U-Multirank 2016 top performers on the indicator 'regional joint publications'.

Co-publications with authors located elsewhere within the institution's geographical region are a reflection of regional linkages between a university and its regional partners.

The list of top performers is dominated by European higher education institutions (21 out of 25); the others are from Taiwan (1), Japan (1) and Iran (2). Most of the top performers are small in terms of the absolute number of their publications. Among the three top performers are two universities of applied science from the Netherlands and Portugal.

The 25 top performers in regional joint publications are:

- Honze UAS (Netherlands)
- Moscow Inst. Physics & Tech (Russia)
- Polytechnical Institute Lisbon (Portugal)
- U Guglielmo Marconi (Italy)
- U Fernando Pessoa (Portugal)
- Valencia Catholic U (Spain)
- Siberian Federal U (Russia)
- Cardinal Stefan Wyszyński U (Poland)
- Agro ParisTech (France)
- U Lucerne (Switzerland)
- ENSAE Paris (France)
- MEPH Moscow (Russia)
- Taipei Medical U (Taiwan)
- Allameh Tabataba'i U (Iran)
- Islamic Azad U (Iran)
- TED U (Turkey)
- Polytech. Inst. Coimbra (Portugal)
- INPT Toulouse (France)
- Paris Descartes U Paris 5 (France)
- Tohoku Gakuin U (Japan)
- Polytech. Inst. Setúbal (Portugal)
- Saint-Louis U (Belgium)
- European U Madrid (Spain)
- Oslo & Akershus U College (Norway)
- Samara State Aerospace U (Russia)

The list is sorted by indicator scores in descending order; possible ties are not marked.

Le Asst informano

A Desio il laser a luce verde per curare l'ipertrofia prostatica

Un trattamento rivoluzionario, minimamente invasivo che potrebbe portare la ASST di Monza, nello specifico l'ospedale di Desio, a diventare un centro di riferimento unico in Brianza per la chirurgia laser. La divisione di Urologia del presidio di Desio ha infatti sottoposto a terapia chirurgica con la tecnologia del "Green Light Laser", il laser a luce verde, quattro pazienti per la cura della patologia prostatica ostruttiva. I pazienti, affetti da ipertrofia prostatica, la crescita cioè del tessuto prostatico che crea nel tempo problemi all'atto della minzione, sono stati ricoverati la mattina e operati il giorno stesso. Il giorno successivo è stato rimosso il catetere (tranne, per prudenza, in un caso per prostata di grande volume) e rimandati a casa, con un controllo a distanza di 7 e 30 giorni.

Già dopo una settimana tutti e quattro non hanno riferito alcun disturbo urinario significativo, non usano più i farmaci per la prostata e sono tornati tranquillamente e meglio alle loro attività in pochi giorni. "La particolarità di questo laser verde – sottolinea Francesco Franzoso, direttore dell'Unità operativa di Urologia - è che permette di operare pazienti che sempre più spesso fanno uso di farmaci che possono causare facili sanguinamenti: questa tecnologia consente di offrire anche a loro la possibilità di approcciarsi al trattamento chirurgico della prostata con più serenità e tranquillità senza rischiare gravi fenomeni emorragici o evitando cateterismi vescicali a permanenza per l'alto rischio chirurgico". L'energia laser fornita consente di sviluppare altissime temperature sul tessuto prostatico, tali da vaporizzarlo, farlo letteralmente sparire/evaporare, determinando una rapida apertura del canale uretrale per la rimozione del tessuto prostatico in eccesso, ripristinando rapidamente il flusso urinario naturale, riducendo l'utilizzo del catetere a 24 ore nella maggior parte dei pazienti e ritornando

alla propria attività quotidiana in pochi giorni. Si comprende quindi come si tratti di un trattamento rivoluzionario minimamente invasivo per la cura di pazienti in terapia medica da anni, che hanno riportato benefici modesti o scarsi e che sono condizionati al costante uso di farmaci. "Da anni - continua Franzoso - utilizziamo la tecnologia laser per la terapia della calcolosi dell'apparato urinario. La mia aspirazione è quella di costituire un centro di riferimento per la chirurgia laser in Brianza anche per altre patologie e in particolare per la cura della prostata".

I punti salienti che caratterizzano questa nuova tecnologia, portandola prepotentemente alla ribalta della chirurgia mini-invasiva della prostata e all'attenzione dei chirurghi, sono molteplici: l'estrema efficacia nel trattare prostate di volume anche superiori ai 100-120 grammi, la riduzione del tempo di cateterismo uretrale a 24 ore per il 95 % dei pazienti, la riduzione del tempo di ricovero a 24 - 48 ore al massimo, tornando quindi alle proprie attività quotidiane in brevissimo tempo. Inoltre modesti sintomi irritativi post-operatori, l'assoluta assenza di perdite ematiche, quindi nessuna trasfusione di sangue, la possibilità di operare pazienti con maggior sicurezza, anche se in trattamento farmacologico antiaggregante, o anti-coagulante a causa delle sempre più frequenti patologie associate cardio-vascolari o con rischi neurologici. "È un obiettivo ambizioso – aggiunge Matteo Stocco, direttore generale della ASST di Monza – quello di far sì che il presidio di Desio possa diventare un centro di riferimento per la chirurgia laser di tutta la Brianza e per la regione Lombardia, ma grazie alle tecnologie sempre più innovative di cui ci stiamo dotando e soprattutto grazie alla capacità e professionalità dei nostri operatori, saremo presto in grado di offrire interventi chirurgici mini-invasivi sempre più mirati e con ottimi risultati". ♦



di **Daniele Rossignoli**



Alimentazione: considerazioni scientifiche e culturali

Con l'alimentazione prendiamo dal cibo ciò che è necessario per il nostro organismo, manteniamo e continuiamo la vita, potenziando le nostre capacità creative intellettuali.

Mentre ci nutriamo di alimenti in alcuni momenti della giornata, ci nutriamo di emozioni in ogni momento del nostro vivere, fino ad usare, a volte, il cibo come sostituto emozionale: si mangia per noia, per scaricare la tensione mentre si fa qualcosa, per avere compagnia, per rilassarsi, per paura, per scaricare l'ansia. In questi atteggiamenti e attività, il "mangiare" diventa un mezzo per conseguire uno stato di miglioramento e di benessere, anche se solo apparente.

Il cibo viene utilizzato per manifestare i sentimenti che fanno parte della vita: l'amore, la passione, la tristezza, la rabbia. Rappresenta per ciascuno qualcosa di molto personale, come è personale la relazione che si ha con esso, alla parola cibo

spesso associamo una moltitudine di significati.

Lo stomaco è molto vigile, sensibile fino a diventare per alcuni un vero e proprio punto debole, dove si concentra ogni disagio del quotidiano.

Lo stomaco dunque non è chiamato solo a digerire gli alimenti, ma anche le emozioni che la nostra psiche vi associa. Attraverso lo stomaco si esprimono problematiche che non sono state "digerite": situazioni rifiutate, vissute come ingiuste, o che provocano collera.

Nello stomaco i cibi vengono trasformati nell'essenza utile all'uomo che verrà poi assorbita dall'intestino.

La Medicina Cinese descrive come un "granaio" o un "mare del cibo e delle bevande" quest'organo, che una spessa parete muscolare rende tonico e mobile, capace di dilatarsi per accogliere alimenti solidi e liquidi. Li "tiene in sacco" bloccando due valvole: il cardias in alto, vicino all'esofago e il piloro, prossimo al duodeno, e li rilascia gradualmente nell'intestino quando, amalgamati e intrisi di succhi gastrici, sono pronti per le successive elaborazioni digestive.

Completare il lavoro di un pranzo richiede allo stomaco qualche ora di tempo, scandita dalla ritmica coordinazione tra il movimento che rimescola il contenuto gastrico e lo fa progredire poco alla volta nell'intestino e il rila-

scio di varie secrezioni. Queste ultime sono prodotte da tipi diversi di ghiandole distribuite in zone differenti della mucosa interna e svolgono compiti specifici ma interattivi, non solo locali. I loro effetti agiscono a livello gastrico, digestivo, fino a quello sistemico: nello stomaco la liberazione di gastrina, acido cloridrico ed enzimi, unitamente al movimento delle pareti, innescano la scomposizione di alcune macromolecole alimentari; l'intestino, il circuito epatobiliare e il pancreas sono allertati a prendere parte al processo assecondandone la scansione; il tutto influisce sulla regolazione del metabolismo energetico e su ritmi biologici come l'alternanza di fame e sazietà.

Di fondamentale importanza quindi è una sana alimentazione per la salute del nostro intero organismo.

È consigliabile evitare il consumo di: bevande gassate e di succhi industriali poichè tutte le bevande a base di cola o aranciate e succhi di frutta sono "acide"; di the, cioccolato e caffè in quanto la caffeina e le altre sostanze stimolanti possono aumentare il "reflusso di acido"; di vino e superalcolici; di formaggi piccanti e fermentati e di salumi. Per quanto riguarda i condimenti vale la regola generale della semplicità, il consumo eccessivo di spezie piccanti può risultare irritante per la mucosa gastrica.

La ricchezza dei principi attivi contenuti nei vegetali, integrati e



sapientemente dosati, possono supportare e mantenere la salute del nostro apparato digerente e aiutare qualora si verificassero disagi.

Il **Colostro** è il prodotto della secrezione della ghiandola mammaria dei mammiferi che si forma a partire dall'ultimo periodo della gravidanza e che, dopo il parto, precede la montata latte. È talmente importante che senza di esso molti mammiferi appena nati non sopravviverebbero. Questa sostanza possiede proprietà eccellenti, è ricca di elementi nutritivi, anticorpi, enzimi. Contiene una quantità molto elevata di fattori stimolanti la crescita epiteliale (EGF), attiva numerosi processi di rigenerazione e migliora i sistemi di difesa del corpo, aumenta la sintesi endogena di IGF-I e immunoglobuline, rallenta l'invecchiamento delle cellule, alza le difese immunitarie da infezioni da batteri e virus, riduce le ulcere da *Helicobacter pylori*. A contatto con strutture epiteliali o mucose danneggiate o lese attua un'azione di contrasto verso i microrganismi patogeni promovendo la riparazione tissutale e la ricostruzione degli epitelii lesi, contaminati e infiammati.

L'**alginato di Sodio** viene estratto dalle pareti di alghe marine brune come laminaria (*Laminaria* spp.) e fucus (*Fucus vesiculosus* e *Fucus serratus*), strutturalmente è formato da acido D-mannuronico e acido L-glucuronico in percentuale variabile a seconda della fonte di estrazione.

In acqua si rigonfia assorbendo parecchie decine di volte il suo peso di acqua e formando una gelatina. Le soluzioni colloidali viscosi formate dagli alginati a contatto con l'acqua sono sfruttate anche

dalla medicina ufficiale per ostacolare il reflusso gastroesofageo e proteggere la mucosa dello stomaco in presenza di gastrite od ulcere peptiche; spesso l'utilizzo degli alginati in tale contesto avviene in sinergia con fitoestratti.

L'**Aloe** gel ha una forte relazione con il fuoco, nel suo ambiente caldo e secco, ma anche con l'acqua, come mostra la gelatina acquosa delle sue foglie succulente. Infatti riequilibra i due opposti, tanto è vero che contrasta sia i disturbi "caldi" come stati infiammatori, alito cattivo, bruciori, sia i disturbi "freddi" come debolezza di stomaco, gonfiori, ritenzione. È molto frequente il suo impiego come tonico gastrointestinale. Uno studio effettuato conferma che l'Aloe è in grado di inibire la secrezione di acido cloridrico, capace di rallentare lo svuotamento gastrico facilitando così la digestione. È un ottimo lenitivo ed emolliente della mucosa gastrointestinale ed impedisce alle sostanze irritanti di raggiungere le pareti infiammate, lese o ulcerate, stabilizzando il pH a livello di stomaco e intestino.

La radice di **Liquirizia** svolge azione citoprotettiva, antinfiammatoria e cicatrizzante sulla mucosa gastrica e duodenale, per la presenza di glicirrizina, sia per contatto diretto con la lesione, sia per stimolo indiretto alla produzione di muco da parte delle cellule della parete gastrica. All'effetto antinfiammatorio della glicirrizina si associa l'effetto antispastico sulla muscolatura liscia esercitato dai flavonoidi. La Liquirizia ha anche proprietà espettoranti, antispasmodiche, antinfiammatorie, antibatteriche e stimolanti del sistema immunitario. Apporta benefici alle mucose infiammate,



è utile in caso di raffreddori ed influenze.

Il rizoma dello **Zenzero** è un antispasmodico gastrointestinale, previene i disturbi digestivi e i crampi addominali attraverso un'azione rilassante sulla muscolatura dell'intestino. Contiene sostanze analoghe agli enzimi digestivi che frazionano le proteine. È un buon rimedio contro la cattiva digestione, combatte *Helicobacter pylori* e grazie alla presenza di gingerolo e vitamine A, K e B6 aiuta a contrastare bruciore e acidità di stomaco, reflusso gastroesofageo, dispepsia. Tonifica e rafforza il sistema digerente, aumenta la secrezione di saliva e di succhi gastrici, migliora l'irrorazione sanguigna, rilassa la muscolatura gastrointestinale, mantiene in equilibrio la flora batterica intestinale.

Nonostante sia uno stimolante gastrico, lo Zenzero è utilizzato tradizionalmente per il trattamento delle ulcere peptiche. È fortemente carminativo ed antisettico a livello del tratto gastrointestinale, indicato nelle infezioni gastroenteriche,



Prima del Farmaco

a cura di **Roberto Solimè**,
Erborista e Fitocosmetologo

in caso di nausea e vomito inclusa la nausea da viaggio e da gravidanza, nelle coliche e nel meteorismo, nelle sensazioni di freddo all'addome e diarrea. Regolarizza il naturale transito intestinale e quindi può essere utile sia contro la diarrea che contro la stitichezza.

I fiori di **Calendula** svolgono azione antinfiammatoria, coleretica, antisettica e cicatrizzante, sono utili nel trattamento delle infiammazioni del sistema digerente. La Calendula è indicata in caso di gastriti, coliti e malattia di Crohn; l'effetto citoprotettore sulla mucosa gastrica è attribuibile al contenuto in caroteni, mentre i saponosidi hanno un'azione antiulcera. È utile per tonificare le mucose congestionate. È utilizzata per la salute del cavo orale, per contrastare infiammazioni della bocca, della gola, faringiti, tonsilliti, afte, stomatiti o gengiviti. Svolge inoltre azione depurativa del fegato e della cistifellea.

Il **Coriandolo** agisce sullo stomaco favorendo i processi di digestione e regolando la produzione dei succhi gastrici, sia stimolandoli quando insufficienti rispetto ai bisogni che limitandoli quando in eccesso, riducendo il rischio di gastriti o reflusso. Utile in caso di digestione lenta, spasmi gastrici, colon irritabile, diarrea, dolori di stomaco, colite e mal di testa da cattiva digestione. I potenti agenti antiossidanti del Coriandolo proteggono il fegato e stimolano la naturale capacità di rigenerarsi. In presenza di spasmi intestinali, agisce direttamente sulla muscolatura liscia, riduce l'intensità degli spasmi dovuti anche a peristalsi molto attiva. È utile per gestire il gonfiore intestinale e il conseguente meteorismo limitando la produzione di gas e regolarizzando il transito intestinale. Svolge azione antiossidante, antisettica, detossificante da metalli tossici e inquinanti chimici, favorisce un corretto metabolismo dei carboidrati, è un rilassante muscolare, allevia ansia e induce il buon sonno.

I semi del **Fieno greco** per l'importante contenuto in mucilagini, aiutano a lenire l'infiammazione gastrointestinale rivestendo la mucosa dello stomaco e dell'intestino, efficaci quindi contro il bruciore di stomaco o il reflusso acido.

Ha funzione eutrofica e favorisce la cicatrizzazione delle mucose intestinali; epatoprotettivo è utile per contrastare le affezioni epatiche, in particolare il suo contenuto in colina previene l'accumulo di lipidi nel fegato e aumenta la sintesi epatica dei fosfo-

lipidi. Ha proprietà ricostituenti e stimolanti, anaboliche, stimolanti neuro-muscolari, antianemiche e osteogeniche.

Il rizoma della **Galanga** fu introdotto in Europa dai medici arabi oltre 1000 anni fa.

In linea con la tradizione erboristica cinese e indiana, viene impiegata principalmente per meteorismo, indigestione, vomito e disturbi di stomaco. Svolge azione antibatterica contro diversi patogeni e azione antimicotica contro la *Candida albicans*. Utile per alleviare le problematiche associate ad ernia iatale quali acidità, tachicardia postprandiale e nausea.

Le proprietà e i benefici dell'**Ananas** si devono soprattutto alla presenza della bromelina, un enzima presente soprattutto nel gambo. La sua caratteristica principale è infatti quella di rendere facilmente digeribili anche le più complesse proteine. Le sue proprietà digestive erano note già nel XIII secolo. È dotata inoltre di proprietà antinfiammatorie, antiedemigene ed anticoagulanti.

«NOI SIAMO CIÒ CHE MANGIAMO»

La base fondamentale per la nostra salute è uno stile di vita sano e una dieta varia ed equilibrata ed è proprio per questo che bisogna scegliere in maniera accurata e consapevole gli alimenti di cui ci nutriamo.

Ricorrere alle piante officinali vuol dire vivere in armonia con la Natura e prevenire disagi per difendere e mantenere la nostra salute. ♦





DAI FORMA AL TUO FUTURO



MASSOTERAPIA
OSTEOPATIA
OMEOPATIA
MASSAGGIO SPORTIVO
PROCURATORE SPORTIVO

MODA E FOTOGRAFIA
CORSI DI LINGUE
SCIENZE CULINARIE



www.saintgeorge.it



0364 536046

La Felina Commedia di Mozòt

Come superare il disagio delle forti emozioni dell'adolescenza evadendo in sereni mondi fantastici mediante la lettura di un eco-romanzo "fantasy"



di Maria
Ivana
Trevisani
Bach,
scrittrice

Qual è l'età dell'immaginario e della fantasia? Quale l'età delle più forti emozioni? Certamente l'adolescenza. Già Giovan Battista Vico, nel suo libro "Scienza nuova", più di duecento anni prima che le idee evoluzionistiche darwiniane influenzassero anche le scienze umane, affermava: "Gli uomini prima sentono senza avvertire; dappoi avvertono con animo perturbato e commosso, finalmente riflettono con mente pura" (Giambattista Vico, Scienza Nuova, 3a ediz. Dignità LIII). Mi piace partire da questo presupposto culturale per stabilire un affascinante parallelismo fra tale andamento evolutivo dell'antropologia storica e quello della formazione psicologica del singolo individuo. Come si fa in Biologia quando si studia l'ontogenesi del feto parallelamente alla filogenesi della sua specie. Rifacendomi a queste considerazioni di base, alcuni anni fa, scrissi un romanzo per gli adolescenti che teneva in considerazione proprio alcune peculiarità della loro psiche: il disagio creato dalle forti emozioni e la tendenza a superarle evadendo in sereni mondi fantastici. Insomma, decisi di scrivere -come si dice oggi- un romanzo "fantasy". Per entrare più facilmente nell'immaginario degli adolescenti, seguendo il percorso delle loro peculiari vie dell'intuizione e della fantasia, nella speranza di un radicale cambiamento di mentalità delle nuove generazioni. Questo il mio obiettivo perché ritengo che, nell'attuale complessa crisi globale, sia doveroso impegnarsi in prima persona secondo le individuali potenzialità culturali di ognuno. Tornando alle considerazioni iniziali, può dunque un romanzo essere di supporto a un percorso di maturazione giovanile? A mio parere, sì. Credo, infatti, che alcuni libri possano contribuire a formare un'immagine definita della personalità, proprio come è av-



venuto, in passato, attraverso le nostre letture giovanili. I libri che abbiamo letto, spesso ci suggerivano particolari modelli di riferimento, ci proponevano ideali o, indirettamente, ci indicavano comportamenti morali da seguire. In ogni caso, i comportamenti prospettati si riferivano sempre a rapporti inter-umani.

Nel romanzo "La Felina Commedia di Mozòt", invece, la maturazione giovanile dei due ragazzi protagonisti e il superamento dei loro conflitti adolescenziali passano attraverso un approfondimento della conoscenza del loro rapporto con la Natura nel suo insieme. Un rapporto che, riportandoci alle radici della nostra essenza biologica è in grado di offrirci la linfa di un equilibrio perduto. A far da guida, e quindi

da tramite, in questo innovativo percorso sono alcuni gatti umanizzati nell'aspetto e nel comportamento (come si usa nei film di animazione). In particolare, Mozòt, un gatto misterioso e un po' magico, è l'affettuoso compagno dei due adolescenti protagonisti. Un amico che diventa il confidente delle loro fantasie. Il Virgilio di questa immaginaria Commedia felina. Mozòt, come un moderno counselor, facendo leva sulle potenzialità dei due giovani e mettendoli alla prova attraverso straordinarie avventure vissute nei miti e nelle storie del passato, li aiuta a superare lo stato di disagio adolescenziale e a raggiungere quello di consapevolezza di sé e di serenità. Con lui essi compiono viaggi immaginari, sviluppano ed evolvono i loro sogni, incrementano la loro maturazione lungo percorsi mentali che si configurano come una vera e propria Pet Therapy dell'adolescenza. Perché i due giovani protagonisti, trascurati da genitori troppo impegnati nel lavoro e nella carriera, vivono la loro solitudine affettiva con sofferenza e, solo nel loro animale domestico, riescono a trovare compagnia e tenerezza. Perché lui è sempre presente e sempre disponibile a seguirli nel mondo della fantasia e ad accompagnarli lungo percorsi di speranza e di ottimismo. Un Pet non è, infatti, un anacronistico personaggio fiabesco, né un eroe del videogioco, ma è una presenza costante dotata di uno straordinario appeal affettivo, emotivo e formativo. Apparentemente è persino in grado di ascoltare le loro confidenze. Tanto è vero che i ragazzi parlano con lui con naturalezza come se non esistesse nessuna barriera linguistica o di specie a dividerli. Il gatto come coach immaginario è il pet ideale perché sembra già vivere in un modo magico, lontano da quello reale, in un mondo sereno, privo di difficili prove, con il quale l'adolescente può compiere, passo dopo passo, un attento cammino dentro e fuori di sé visitando luoghi, soprattutto dell'anima e della mente con gradualità e in serenità. Con l'aiuto di questi personaggi immaginari, un po' uomini un po' gatti, in questo libro ho cercato di veicolare ai nostri ragazzi, sempre più uniformati da una istruzione omologata e modesta, spunti culturali di buon livello in grado di sviluppare il loro senso critico e la loro capacità di comprendere il mondo di oggi. Nel romanzo, infatti, sono presenti molti riferimenti alla cultura europea e a quella mondiale, camuffati in simboli o in metafore e alleggeriti da avventurosi o divertenti episodi. Il racconto diventa

perciò un brillante escamotage per associare fantasia, divertimento ed ecologia e far entrare i giovani nelle problematiche dell'attuale crisi ambientale senza dover far leggere loro noiosi libri sul tema. Il viaggio immaginario diventa un piacevole percorso iniziatico nel quale imparare a essere consapevoli dei sentimenti, ad apprezzare risorse importanti come l'amicizia e la solidarietà, ma anche ad affrontare temi difficili come la depressione e l'angoscia proponendo strumenti, anche fantastici per riconoscerla e affrontarla. Un meraviglioso viaggio che ripercorre le tappe della superstizione, del Mito, delle Arti e del Pensiero umano nel corso della Storia e che termina in un "Paradiso felino" dove, novello Virgilio, il gatto del filosofo Giordano Bruno, fa da guida ai ragazzi e insegna loro a diventare "Voce della Natura" per testimoniare i diritti di tutti gli esseri viventi che non hanno voce e trasmettere l'invocazione di soccorso della nostra Terra corrotta dall'inquinamento. Una nuova prospettiva della realtà e una straordinaria "mission" per giovani privi di ideali. Una meta attiva, un traguardo, che facendo comprendere ai giovani il loro ruolo di responsabilità e la loro giusta posizione nel contesto dei viventi, darà loro la consapevolezza di essere parte attiva, e forse finale, nel processo evolutivo della vita sul pianeta Terra. Per compiere il passaggio dalle tenebre dell'ignoranza e della superstizione alla luce della ragione. Citando Hillman che dice: "l'anima più che una sostanza in sé è una visuale sulle cose" è possibile affermare che, attraverso questa lettura, il giovane potrà iniziare a crearsi alcuni modelli di riferimento di quella che sarà la sua "anima" di adulto. Tornando alla riflessione iniziale, questo viaggio dei ragazzi nell'iperuranio felino, è il percorso dello sviluppo del pensiero umano e della trasformazione del rapporto dell'uomo con la Natura. Quindi, un'evoluzione sul tipo di quella suggerita dal Vico per la Storia, un'ascesa in grado di raggiungere un nuovo traguardo, una nuova etica. Un'etica di relazione non più solo fra uomo e uomo, ma anche fra uomo e tutti gli altri viventi. Non antropocentrica, ma biocentrica. Persino la Terra, intesa come nostra unica casa, diventa in questo contesto un nuovo soggetto di etica.

Perché, in definitiva, il nostro equilibrio emotivo e mentale dipende dall'equilibrio del nostro rapporto con la Natura. E i gatti sono le guide ideali per guidarci negli intricati intrecci di questo rapporto. ♦

Quando la pelle brucia

L'ustione, questa sconosciuta



di **Valentina Loconte**,
Medico
Chirurgo,
Specialista
in Chirurgia
Plastica,
Ricostruttiva
ed Estetica

L'ustione può avere conseguenze di varia entità anche dal punto di vista sociale e lavorativo in quanto le cicatrici possono deturpare aree esteticamente rilevanti (volto, collo, mani, ...) e compromettere la funzionalità di alcuni distretti corporei (apertura delle braccia, sollevamento/rotazione del capo sul collo, ...). L'ustione può esser causata da liquido bollente (acqua, olio...), da fiamma, da contatto con superfici roventi, da sostanze chimiche. Gli incidenti domestici e gli infortuni sul posto di lavoro sono tra le principali cause d'ustione. In Italia, si registrano circa 400 decessi annuali da ustione: le fasce d'età più colpite sono quella dei bambini (più maschi che femmine) da 0 a 4 anni e quella degli ultrasessantacinquenni. I bambini hanno una cute particolarmente delicata e sottile: perciò in questi casi l'ustione



risulta più grave. Nei più piccoli, l'ustione è provocata più spesso in cucina, per contatto con liquidi bollenti, durante le attività della vita quotidiana. Invece, nell'adulto, le ustioni derivanti dall'utilizzo improprio dell'alcool, soprattutto in ambito domestico, rappresentano il 4% di tutti i traumi.

CHE FARE IN CASO DI USTIONE

In caso di ustione, è raccomandato lavare abbondantemente l'area ustionata con acqua corrente fresca (seguendo la regola dal 10-10-10: far scorrere l'acqua a circa 10°C di temperatura, 10 cm sopra la zona ustionata, per 10 minuti); così facendo non solo si limitano i danni, ma si lenisce il dolore. In questo momento bisogna togliere dall'area ustionata ogni oggetto che potrebbe crear problemi.

Sarebbe opportuno rimuovere tutti gli indumenti, sfilandoli o meglio ancora tagliandoli, avendo particolar cura nel non strappare quelli che si sono attaccati alla cute. Poi, bisogna proteggere con garza sterile o altro tessuto fresco di bucato avendo cura di non bucare o asportare le vesciche (flittene) che possono formarsi. Infine, recarsi quanto prima in Pronto Soccorso o contattare il 118. E' altresì importante diffidare da rimedi casalinghi. E' capitato di sentirne di tutti i colori: chi ha applicato l'olio o altre sostanze oleose, chi l'albume d'uovo, chi la patata, chi gel ricavato da alcune piante, chi addirittura il dentifricio! Non solo si tratta di rimedi talvolta peggiorativi per la lesione, ma fanno aumentare il rischio infettivo.



Se l'ustione è provocata da una folgorazione, prima di soccorrere bisogna interrompere il passaggio di corrente spegnendo se possibile l'interruttore generale ed allontanare la vittima con un bastone di legno o con una corda. La scarica potrebbe aver attraversato il cuore, alterandone la funzionalità elettrica. In questa circostanza, è raccomandato contattare immediatamente il 118 e, se possibile, soccorrere la vittima con respirazione e massaggio cardiaco.

Evenienza comune nella popolazione generale è l'eritema solare; la cute ustionata va incontro a modificazioni attraverso le quattro classiche fasi: arrossamento, infiammazione, pigmentazione e desquamazione. L'entità del danno è variabile a seconda della durata dell'esposizione, dell'ora della giornata nella quale ci si è esposti e della sensibilità del soggetto (fototipo). Le ore con maggior irradiazione di raggi ultravioletti sono quelle che vanno

dalle 10/11 alle 15/16. Per prevenire l'eritema solare è fondamentale applicare una crema solare con alto fattore di protezione. I problemi che l'ustione di II e III grado provocano nella fase acuta sono essenzialmente tre: il dolore, la perdita di liquidi e l'infezione. Il dolore è la conseguenza della lesione dei tessuti e può essere di diversa entità: da lieve ad importante; talvolta, quando l'ustione è particolarmente profonda, il dolore può essere assente. La perdita di liquidi è dovuta alla perdita di funzione della cute: la cute normalmente ha funzione di barriera e di termoregolazione. La lesione della cute quindi può portare l'ustionato fino ad una fase di shock. La perdita della barriera cutanea fa sì che i microrganismi patogeni nelle prime 48 ore inizino a colonizzare le lesioni: è così che si crea l'infezione. Non solo l'infezione può diffondersi dalla superficie agli organi interni, ma rallenta o addirittura ostacola i processi riparativi. ♦





La tradizione alimentare di Natale: luci e ombre

Anche quest'anno siamo in procinto delle festività natalizie e come tutti gli anni scatta la corsa agli acquisti in modo particolare per quelli alimentari che dovranno dare un tocco di qualità e classe a queste attese festività. Ma cosa comperare considerando la tradizione locale, gli eventi globali sulla sicurezza alimentare, le mode, gli stili di vita, le allergie, le patologie. Molto apprezzato è stato il messaggio del Ministro Lorenzin: "Mangiare bene, seguire i principi di una corretta alimentazione e soprattutto insegnarli ai nostri figli, fare loro apprezzare il gusto e la bontà della dieta mediterranea".

È appena il caso di ricordare che la "Dieta mediterranea", Patrimonio immateriale dell'Umanità, fondata sul consumo regolare di olio d'oliva, cereali, legumi, frutta e vegetali in genere, è ormai pressoché universalmente riconosciuta nella sua validità, sintetizzabile nell'importanza che il "vegetal factor" sia preponderante nell'alimentazione umana rispetto all'"animal factor", proposto in un passato recente quale conquista sociale ma rivelatosi dannoso per la salute del singolo e per l'equilibrio ecologico del Pianeta, ovviamente seguendo l'aurea massima del "giusto mezzo" ("abusum non tollit usum"), considerando fra i pro-

dotti di origine animale il ruolo importante che il pesce riveste, quale fonte di lipidi utili al metabolismo umano (omega-tre).

REGOLE PRATICHE

Tornando a noi: "mangiare bene" cosa vuol dire?

Innanzitutto "acquistare bene" cioè in strutture convenzionali qualificate, facendo attenzione all'origine dei cibi che deve es-

sere quella tipica del prodotto che si acquista (es. il salmone affumicato deve provenire dalla zona di pesca).

La preparazione degli elaborati deve essere effettuata da strutture controllate, mai acquistarli da rivenditori non convenzionali. Controllare le etichette, con una particolare attenzione alla data di scadenza, all'elenco degli ingredienti e all'integrità delle confezioni. La catena del



freddo: siamo d'inverno, le temperature sono basse ma attenzione agli shock termici, come il trasporto in auto; occorrono sempre i contenitori isotermini soprattutto per il trasporto di prodotti freschissimi (carne, pesce, latticini e prodotti di gastronomia).

Nel pranzo di Natale e nella cena della Vigilia, sono da sempre presenti piatti tradizionali di tutte le regioni, gustosi ma anche ricchi di calorie. Nel passato era l'occasione in cui le famiglie si riunivano e consumavano cibi che generalmente non erano presenti sulle loro tavole perché troppo costosi. Oggi, regna l'abbondanza nella varietà di pietanze ma occorre fare attenzione alle quantità:



il detto "di tutto un po'" calza a pennello! Cioè non vuol dire non trasgredire andando oltre ai limiti di assunzione di calorie e nutrienti durante questi eventi, ma occorre applicare la regola dell'adeguatezza della dieta, che si misura nel lungo periodo e non su un singolo pasto. L'importante è avere un comportamento abituale corretto, che ci mantenga in salute e conservi stabile il peso.

IL CONCETTO DI PORZIONE

Possiamo mangiare tutto, ma senza esagerare, assaporando i piatti!

Il concetto di "porzione" riferito ai diversi alimenti è difficile da quantificare data la notevole variabilità delle nostre abitudini alimentari e le differenti tradizioni regionali. A volte non ci rendiamo conto di mangiare più di quanto sia necessario per farci passare la fame e nutrirci, perché continuiamo a mangiare fino a che non ci sentiamo pieni. Infatti lo stomaco ha bisogno di un po' di tempo prima di comunicare al cervello che è

sazio; masticare bene è un passo in questo senso e rende più facile la digestione. Potrebbe essere utile per ridurre le quantità, utilizzare piatti delle giuste dimensioni, utilizzare dosi più ridotte, abbondare con le verdure, conoscere tutte le portate che ci portano a fare qualche privazione soprattutto sui piatti ipercalorici. Altro punto importante sottolineato dal Ministro della Salute, riguarda l'educazione alimentare dei bambini; sarà che essendo diventato padre da pochi anni è cambiata la mia visione di vita, ma sicuramente abbiamo il dovere di educare i nostri figli nel rispetto della tradizione alimentare di famiglia con una particolare attenzione agli ingredienti che devono rispettare la ricetta tradizionale dei nostri avi, coinvolgendoli nella preparazione e spiegando loro il significato di certi piatti famigliari. Questo rappresenta un valido e semplice strumento di divulgazione della dieta mediterranea.

Un sincero augurio di buon Natale a tutti i lettori. ♦



Agire sui nostri enzimi è possibile

Terapia complementare enzimatica e memorie biochimiche



di **Gian Luca Boldrocchi**,
Specialista
in Medicina
Interna,
Geriatra e
Gerontologia,
Organizzazione
Servizi Sanitari,
Già Docente
Scuola di
Specializzazione
in Geriatria
Gerontologia,
Università di
Parma

INTEGRATORI ALIMENTARI BIODINAMICI

La struttura delle molecole alimentari contenute negli IAB (Integratori Alimentari Biodinamici) è determinata dagli enzimi presenti nei reattori del ciclo produttivo. L'azione sull'amido di mais, sugli aminoacidi e sulle vitamine determina la conformazione delle suddette molecole che assumono specificità per gli equivalenti enzimi mitocondriali e cellulari. Nei prodotti sono presenti veri e propri substrati specifici per gli enzimi dei cicli metabolici energetici primari della cellula (In biochimica si definisce substrato una molecola sulla quale agisce un enzima: i substrati sono dunque le molecole di partenza o intermedi nelle reazioni chimiche catalizzate dagli enzimi).



di **Pasquale Ferorelli**,
Responsabile
Ricerca &
Sviluppo
Citozeatec

CONCETTO DI "MEMORIE BIOCHIMICHE"

Parlando di Biochimica dobbiamo evitare di confondere i processi biochimici con i processi chimici classici. La Biochimica del corpo umano non può prescindere dall'attività degli enzimi e questi determinano la esatta conformazione "spaziale" delle molecole biologiche che dipende specificatamente dal tipo di legami esistenti tra atomo e atomo, ma soprattutto dalla energia di questi legami e dalla distribuzione delle cariche esterne (elettroni) nella molecola. Energia e tipo di legami determinano una precisa struttura tridimensionale che non solo può avere come bersaglio specifico un successivo enzima (pathway metabolico), ma sono proprio queste le caratteristiche complessive che permettono una interazione tra "substrato" ed enzima fino a determinare in quest'ultimo un "adattamento" che è fondamentale perché av-

venga la reazione catalizzata dall'enzima. Per rifarci a precedenti concetti ricordiamo l'espressione "chiave-serratura" inizialmente usata per capire la specificità esistente tra substrato ed enzima bersaglio. Questa spiegava l'incontro tra substrato ed enzima, ma non chiariva il perché avveniva la reazione. Il successivo concetto della "capacità adattiva" ha permesso di chiarire meglio il perché avviene la reazione enzimatica. L'adattamento è, in sintesi, una modificazione spaziale dell'enzima indotta dal rapporto substrato-enzima, in virtù delle energie di legame che interagiscono.

La mancanza di "adattamento" ci permette di capire, a grandi linee, come agiscono molti farmaci. Questi, pur avendo la medesima struttura spaziale di un eventuale substrato, e potendo a loro volta incontrarsi con l'enzima, non presentano, tuttavia, le medesime caratteristiche di energia di legame e non sono in grado di "adattare" la struttura dell'enzima, quindi si ha un blocco della funzione enzimatica, più o meno reversibile, con conseguente interruzione del pathway metabolico o blocco della specifica reazione. Ricordiamo inoltre che i "recettori" di superficie della cellula sono anch'esse proteine complesse per le quali vale la medesima regola. Il substrato coerente con la proteina è in grado di far trasdurre un messaggio all'interno della cellula, "adattando" la struttura della proteina. Al contrario, una molecola simile, ma non in grado di interagire energeticamente con la proteina-recettore, blocca la possibilità di passaggio dei messaggi all'interno della cellula. Tutto questo contribuisce ad alterare le funzioni metaboliche delle cellule stesse. L'adattamento della struttura dell'enzima intorno allo specifico e "corretto" substrato è quindi condizione fondamentale affinché avvengano reazioni metaboliche coerenti.

E' quindi implicito che solamente un enzima equivalente a quelli presenti nel complesso mitocondrio-cellula può strutturare substrati che possono sostenere i metabolismi "fondamentali" dai quali dipende la vita biologica così come la conosciamo. Ci riferiamo ovviamente al Ciclo di Kebs e a tutti i metabolismi correlati che si trovano in qualunque testo di Biochimica. Per Memorie Biochimiche si intende quindi un concetto per definire le "qualità" biochimiche delle molecole che devono tenere conto di queste caratteristiche:

1. Struttura tridimensionale della molecola
2. Tipologia dei legami atomo-atomo e loro lunghezza (si ricollega alla struttura tridimensionale)
3. Energia dei legami
4. Strutturazione dell'assetto elettronico complessivo del "substrato" medesimo

Poiché sono gli enzimi a determinare queste caratteristiche è conseguente che molecole biochimiche determinate attraverso "conversioni enzimatiche in sequenza" (prodotti Citozeatec) hanno una elevata affinità biologica con gli enzimi dei metabolismi cellulari. La complessità affrontata dai ricercatori Citozeatec è stata quella di determinare la tipologia e sequenza delle conversioni enzimatiche, ma soprattutto le condizioni di pH, temperatura, pressione e tempi di reazione tra materie prime ed enzimi. Il risultato, sottoposto a Studi universitari (vedi www.citozeatec.it), permette di affermare che i "substrati" costituenti gli Integratori Biodinamici hanno una elevata affinità biochimica con enzimi mitocondriali-cellulari in grado di favorirne l'innalzamento di attività e quindi un aumento complessivo di energia di reazione ATP mediata, che si contrappone all'energia libera che favorisce un aumento di entropia e quindi perdita di "coerenza" del sistema biologico. Si determina così un recupero della "riorganizzazione" dei metabolismi cellulari stessi, a sostegno quindi del massimo recupero dei metabolismi omeodinamici

I PROTOCOLLI BIODINAMICI

Le quantità e le associazioni degli IAB sono state valutate in termini di apporto sia quantitativo che energetico sufficiente alle esigenze dei metabolismi alterati per favorirne il recupero. E' ovvio che situazioni di alterazioni funzionali necessitano di dosaggi limitati, mentre compromissioni più complesse ed estese necessita-

no di un apporto "nutrizionale-energetico" più ampio. Da queste necessità deriva la struttura dei consigli posologici offerti nelle diverse situazioni di compromissione metabolica.

Una delle attività che si riattiva in modo rapido nell'organismo trattato è quella dei meccanismi di coniugazione ed eliminazione dei cataboliti "tossici" (o non più funzionali) delle reazioni metaboliche. Poiché la riattivazione dei metabolismi permette di recuperare velocità di reazione (e quindi pathway metabolici) a velocità elevatissime (fino a 10-10 secondi ed anche di più), questi processi di detossificazione attraverso principali vie di eliminazione (fegato, intestino, rene, cute, ecc.) possono comportare inizialmente, soprattutto a livello intestinale, una reazione fermentativa o peristaltica elevata. Questo processo, se da una parte conferma la riattivazione dei processi metabolici omeodinamici, dall'altra può essere mal sopportato dalla persona (eccessiva flatulenza, a volte crampi intestinali, diarrea, ecc.). Il consiglio di massima è quello di ridurre di 10 ml il dosaggio di Citozym che era stato raggiunto. Proseguire per 3-5 giorni a questo dosaggio e poi ritornare alle dosi previste dai vari protocolli di integrazione biodinamica. Una seconda soluzione è quella di non ridurre i dosaggi, ma portare il quantitativo di Citozym in 500 ml di acqua da bere a sorsi dal mattino fino a sera qualora questa opzione fosse già in uso allora si ritorna al consiglio precedente. Risulta comunque ovvio che ogni persona reagirà nel suo specifico modo e questi consigli, essendo generici, non possono sostituire l'esperienza del Terapeuta che dopo una fase iniziale di approccio saprà gestire al meglio i consigli nutrizionali con gli IAB, l'importante è non interrompere la Terapia Complementare Enzimatica di fronte a segni di apparente intolleranza che sono, viceversa, indicatori di attività. ♦



La Cina è sempre più vicina

Italia: valorizzazione del territorio e sviluppo del turismo



di
**Esmeralda
Spadea**

Ogni anno oltre 55 milioni di turisti internazionali scelgono di visitare l'Italia, attirati dalle bellezze naturali, artistiche, enogastronomiche e culturali di un Paese che, secondo alcuni osservatori internazionali, è tra i più belli del mondo. A prima vista potrebbe sembrare un numero elevato, ma considerando che nelle indagini di gradimento effettuate in molti Paesi, l'Italia si classifica anno dopo anno tra i primi tre Paesi più graditi e desiderati dai turisti, si intuisce l'enorme potenziale inespresso della nostra nazione.

Da uno studio attento dei flussi e della distribuzione dei turisti provenienti dai Paesi asiatici, ad esempio dalla Cina, si evidenzia un elemento comune. I turisti cinesi arrivano spesso in Europa con viaggi organizzati e

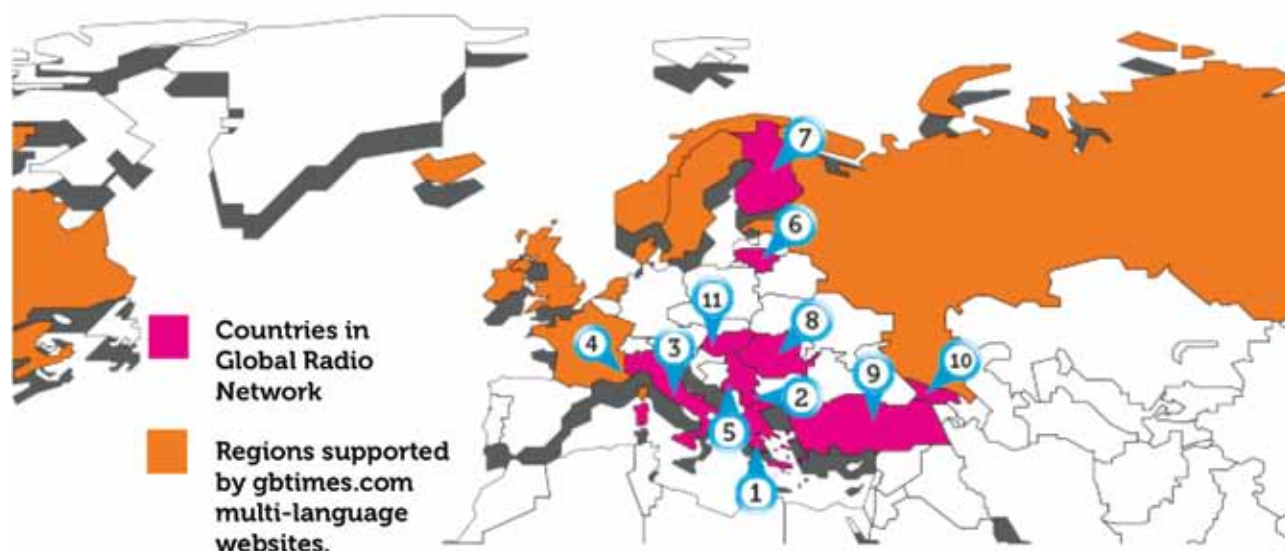


*Zhao Yinong, amministratore
delegato di Gbtimes*

visitano diversi Paesi in poche settimane, spesso con la possibilità di dedicare pochi giorni alle singole città o aree turistiche. E' pertanto molto importante che un'area o una città siano inserite in un percorso di interesse e siano conosciute già prima di intraprendere il viaggio, perché spesso i limiti temporali impediscono le esplorazioni non programmate in loco. In questo quadro, è fondamentale il ruolo di società specializzate in comunicazioni

interculturali e piattaforme media che possano presentare in Oriente le specificità del nostro Paese.

Un esempio eccezionale di comunicazione efficace per il turismo è costituito dal caso di Gbtimes, già vincitrice del China Outbound Travel and Tourism Award (Primo



A Media Production Company



An International Media Group



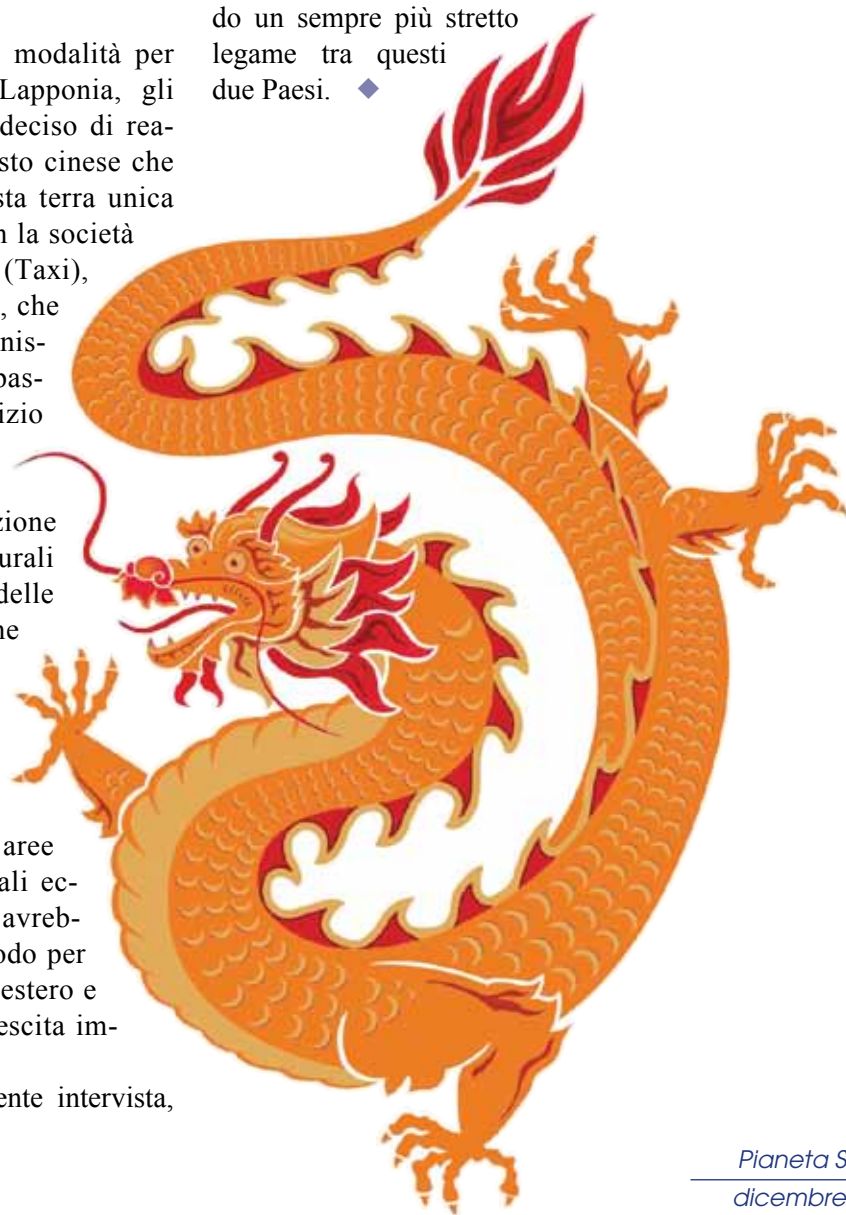
Premio nazionale cinese per la promozione turistica e di viaggio verso l'estero), società leader nella comunicazione e promozione interculturale nei media tra Europa e Cina, con sedi in 18 paesi dell'Unione Europea e parzialmente posseduta da CRI, il colosso cinese statale delle telecomunicazioni. Tra i tanti casi di successo sviluppati da questa azienda, ce ne è uno di particolare interesse per il nostro approfondimento.

Incaricati di studiare delle modalità per incrementare il turismo in Lapponia, gli specialisti di Gbtimes hanno deciso di realizzare dei filmati adatti al gusto cinese che evidenziassero i pregi di questa terra unica e hanno stretto un accordo con la società di trasporto cinese Didi Dache (Taxi), equivalente di Uber in Europa, che prevedeva che questi filmati venissero proiettati sullo schermo passeggero di ogni utente del servizio durante il tragitto per il periodo predefinito. Questo accordo ha procurato un'esposizione eccezionale per le bellezze naturali della Lapponia (nell'ordine delle centinaia di milioni di persone raggiunte) e si è infine tradotto in risultati molto concreti: la Lapponia è riuscita a incrementare il flusso turistico di oltre il 40% negli ultimi anni.

In Italia esistono diverse aree con bellezze naturali e culturali eccezionali e sottovalutate, che avrebbero bisogno di un miglior modo per comunicare la loro unicità all'estero e in particolare in mercati in crescita importanti come la Cina.

A tal proposito in una recente intervista,

l'amministratore delegato di Gbtimes, Zhao Yinong, si è detto innamorato dell'Italia e affascinato dall'incredibile offerta di esperienze culturali e ambientazioni uniche che ha da offrire il nostro Paese e ha preannunciato che sono allo studio alcuni progetti per aiutare alcune aree italiane a farsi conoscere in Cina e offrire l'opportunità ai cinesi di conoscere i tesori nascosti italiani, favorendo un sempre più stretto legame tra questi due Paesi. ◆



Blue Note: omaggio a Frank Sinatra, Dire Stratis e Pink Floyd



di **Daniele Rossignoli**

I Big One, tribute band dei Pink Floyd

Dicembre è un mese che conferma alcuni attesi appuntamenti tradizionali per il Blue Note di Milano con il ritorno di alcuni dei cori gospel più importanti al mondo, serate all'insegna delle musiche natalizie e una serata in compagnia del pianista statunitense Peter Cincotti. La prima settimana ha visto le esibizioni dei Take 6, degli Italian Dire Stratis, la miglior tribute band dei Dire Straits, di uno dei batteristi più apprezzati nella scena jazzistica italiana e internazionale, Lorenzo Tucci insieme al suo trio e al veterano del jazz internazionale Flavio Boltro, della voce calda e profonda della cantautri-

ce Madeleine Peyroux, e dei Radiodervish, gruppo di riferimento della musica world pop italiana, che contamina le musiche e le culture del mediterraneo.

La programmazione prosegue con lo swing di Vik & The Doctors of Jive (9 dicembre); la grintosa ed energica vocalità di Joyce Elaine Yuille insieme all'eclettico ensemble Jazz Inc (10 dicembre); il trombettista e compositore milanese d'adozione Pepe Ragonese insieme a The Mighty Groovin' Stuff (11 dicembre). Direttamente da Washington, diretto da Nate Brown, torna il gruppo gospel Nate Brown & One Voice, 5 cantanti selezionati dalla corale



di 25 elementi "Nate Brown & Wilderness" (16 dicembre); il più giovane musicista della storia a raggiungere la vetta della classifica Jazz di Billboard Peter Cincotti (17 dicembre), il progetto "Jazz&Remo Il Festival" del maestro Bruno Santori, che insieme al suo quartetto e Michele Zarrillo come ospite speciale, eseguirà in versione jazz i brani più famosi del repertorio sanremese (18 dicembre). Il 21 dicembre sarà la volta di Rossana Casale e il 23 The Puppini Sisters (trio vocale interamente al femminile con base a Londra che si muove tra canto a cappella nello stile anni '40, lo swing e il jazz). A chiudere il mese di dicembre e il 2016 dal 26 al 31 dicembre l'immane appuntamento in compagnia dell'Angels in Harlem Gospel Choir, uno dei cori gospel più importanti al mondo.

Per quanto riguarda gennaio, la programmazione è ancora in via di definizione ma ha avuto già alcune conferme come quella di Fabrizio Bosso e lo Spiritual Trio, uno dei suoi progetti più affascinanti in quest'occasione arricchito anche dalla voce e dal talento del cantante Walter Ricci (7 gennaio). Si proseguirà con una delle tribute band più richieste a livello nazionale per l'esecuzione integrale della musica dei Pink Floyd, i Big One (8 gennaio) e l'artista poliedrico, compositore e polistrumentista, Klaus Savoldi Bellavitis, in scena con uno spettacolo in cui celebrerà il più grande crooner di tutti i tempi, Frank Sinatra (12 gennaio). Le tre signore del blues, The Three Ladies of Blues proporranno un tributo alle storiche dive della black music (13 e 14 gennaio). Inoltre, già sicure cinque serate in compagnia degli Incognito, la band pioniera dell'Acid Jazz che in oltre 30 anni di carriera ha pubblicato 15 album in studio e ha visto alternarsi nel proprio organico decine e decine di musicisti e cantanti, sempre di altissimo valore (17, 18, 19, 20 e 21 gennaio). Gennaio si chiuderà con il tributo di Giovanni Falzone a uno dei più grandi trombettisti jazz della storia, Miles Davis, con il suo progetto Electromiles (22 gennaio), Rosario Giuliani e Luciano Biondini che presenteranno il disco Cinema Italia (25 gennaio), l'eclettico duo di Antonella Ruggiero & Andrea Bacchetti (26 gennaio), Tania Maria con il suo samba raffinato (27 e 28 gennaio) e il funk energico e scatenato dei Ridillo (29 gennaio). ♦

Tiziano Ferro canta il difficile ma sempre affascinante "Mestiere della vita"

A cinque anni dal suo ultimo disco, "L'amore è una cosa semplice", Tiziano Ferro volta pagina e, come confessa lui stesso, con 'Il mestiere della vita' dà inizio ad un nuovo capitolo della sua vita professionale con tredici brani che, tuttavia, racchiudono quella freschezza, quella vivacità



che hanno caratterizzato i suoi primi passi artistici. "Ho provato a scrivere come facevo all'inizio, quando avevo 16 anni, quando non pensavo che quello che scrivevo sarebbe diventato un disco. Mi sono divertito a farlo,

senza fretta e senza una scadenza precisa. Questo disco -spiega il cantautore- è per me un nuovo inizio e rispetto a quando avevo 16 anni ora gioco meno in difesa e sono più aggressivo".

In questo disco Tiziano Ferro si guarda allo specchio, raccoglie i ricordi e mette tutto dentro una valigia, guarda per un'ultima volta la sua stanza e si chiude tutto alle spalle."Fine del primo capitolo, ora si inizia un nuovo viaggio, un viaggio sereno e solare, senza però cancellare quello che è stato e senza rinnegare nulla".

Ne 'Il mestiere della vita' Tiziano Ferro si muove principalmente tra soul, r&b e hip hop, dove gli arrangiamenti mettono in primo piano il suono dei sintetizzatori e delle batterie elettroniche. Un disco che nasconde anche una certa rabbia in 'Solo è solo una parola' e 'Casa è vuota', ma anche alcune riflessioni come in 'Potremmo ritornare', 'Il mestiere della vita', 'Epic' e 'Valore assoluto'. E dopo il disco Tiziano Ferro riparte con un tour negli stadi italiani: l'11 giugno sarà a Lignano (Udine), il 16 e 17 a Milano, il 21 a Torino, il 24 a Bologna, il 28 e il 30 giugno a Roma, il 5 luglio a Bari, l'8 a Messina, il 12 a Salerno e il 15 a Firenze.

Alla ricerca delle origini sulla Via dell'Incenso

Profumi e pensieri

*“.....c'è un tempo per cercare e un tempo per perdere,
un tempo per serbare e un tempo per buttar via,
un tempo per tacere e un tempo per parlare.....”*

Quélet (3)



di Carlo
Alberto
Zaccagna,
Medico
Chirurgo
esperto di
medicina
complementare
enzimatica

“Conosco e stimo da tempo il Dott. Carlo Alberto Zaccagna, Medico di vastissima e variegata esperienza ed apertura mentale ai nuovi orizzonti delle Scienze della Salute: questo suo articolo è il nostro omaggio natalizio ai lettori della Rivista. Il carattere unitario del fenomeno-Vita ha affascinato per millenni il pensiero dell'Uomo e la costante ricerca di una Verità, che si è ammantata nei diversi tempi di sovrastrutture ideologiche e religiose, per approdare in epoca moderna ad una visione scientifica, che ancora ha il dovere di provare incanto, meraviglia e stupore di fronte al flusso antientropico di energia che dal Sole si trasmette ai viventi, in questo angolo sperduto dell'Universo che chiamiamo Terra. Zaccagna ha saputo identificare e tracciare la via comune ai tre Regni della Natura e con linguaggio preciso e semplice ce la descrive qui, da par suo. Non è difficile prevedere che questo saggio scientifico-filosofico troverà spazio fra le pietre miliari della storia del Pensiero umano. (Massimo Radaelli)”

PREMESSA

L'argomento di questa mia relazione è la ricerca di un punto di contatto tra il mondo animale e quelli vegetale e minerale. La mia curiosità si è presentata per gradi soprattutto dopo aver constatato l'efficacia terapeutica di alcune sostanze naturali, misconosciute alla scienza ufficiale, quali l'incenso e la mirra, su molte affezioni umane. La ragione di questa ricerca è quella di identificare un filo conduttore che legghi le tre forme di vita sovra accennate, per cui cercherò di evidenziare quella che mi pare una via attendibile, pur se mi rendo ben conto delle difficoltà che tale percorso richiede. Infatti il procedere è reso arduo perchè diverse sono le vie di accesso; cercherò pertanto di iniziare rispondendo ad alcuni quesiti di ordine generale senza, beninteso, manifestare alcuna velleità nè di ordine filosofico, nè escatologico, nè tantomeno scientifico, ma esclusivamente mosso dal desiderio di porre al lettore ed a me stesso domande le cui risposte potranno essere convincenti o logicamente contestabili.

Perchè cercare una via comune ai tre regni della natura?

Da sempre l'uomo ha avuto la consapevolezza di trovarsi immerso in un mondo caratterizzato

quantomeno da tre presenze: gli animali, le piante, i minerali. Non è per ora il caso di tirare in ballo la natura spirituale dell'uomo, ma di capire se non esista per caso in questa triplice differenziazione, una medesima regola creativa e se la trina morfologia non sia per contro un aspetto unico di essere piuttosto che di apparire.

Ciò che viene comunemente definita “natura” è un modo di rappresentazione mentale di ogni manifestazione visibile e percettibile attraverso i sensi e l'intelligenza dell'uomo, e, come tale, pur sempre passibile di elaborazioni e di correzioni; è sufficiente ricordare che tutta la nostra evoluzione culturale, filosofica e scientifica, è sempre stata possibile partendo dal concetto di una centralità in cui si è posto “l'osservatore” in contrapposizione ad una periferia in cui l'osservatore ha situato il “mondo”. Pur essendo immerso esso stesso nel mondo, l'uomo ha cercato e cerca tuttora di codificare i meccanismi e le leggi che governano gli equilibri naturali e dai quali trarne solitamente opportunità per uno sfruttamento utilitaristico; la speculazione filosofica ha portato l'uomo sempre più addentro le recondite dimore della propria mente e dei procedimenti dell'elaborazione intelligente, mentre l'evoluzione scientifica (peraltro figlia della suddetta)

ha aperto orizzonti di pari valenza nell'infinitamente piccolo, come la struttura dell'atomo e delle cellule, ed in quello infinitamente grande come l'esplorazione del cosmo. Rimane pur sempre da osservare che per poter capire, (intendendo il termine nel suo vero significato etimologico e cioè di catturare) l'uomo ha bisogno di scoprire e di utilizzare le "leggi" che governano con la "loro logica" le regole degli equilibri naturali, quasi che la natura si fosse divertita in un primo tempo ad inventarle, poi a nasconderle ed infine a creare un essere intelligente al quale affidare il compito di scoprirle; mi piacerebbe a questo punto chiedermi: "cui prodest?"

In tal direzione mi viene il verso di fare una considerazione. Mentre l'uomo nella sua evoluzione è tale, stando a quanto ne sappiamo, soltanto da poche decine di migliaia di anni, la "periferia" costituita da animali, vegetali e minerali ha continuato imperterrita a esistere in modo uniforme da milioni di anni, ripetendo e rinnovando le proprie morfologie, creando mutazioni e uniformandosi ai cicli ambientali ed alle variazioni climatiche, ma comunque attraversando i millenni con sorprendente linearità. Orbene mi chiedo: perchè dovremmo considerare questa ben regolata "periferia" un terreno di coltura sul quale la pianta "uomo" pare stia crescendo con la pretesa di considerarsi avulsa dalle proprie radici? Non sarebbe forse più logico immaginare che, al pari di ogni pianta che manifesta le caratteristiche del terreno da cui trae nutrimento, anche l'uomo sia strettamente legato a quel "limo" che il biblico afflato animò? In tale ottica, senza voler richiamare il pensiero di Anassimandro, penso che potremo trovare una risposta alla domanda inizialmente formulata; l'uomo, gli animali, le piante, i minerali in quanto traggono origine dal medesimo terreno, mantengono tra di loro stretti legami ontogenetici dai quali non è possibile sottrarsi se non con azioni pretestuose; siccome inoltre il mondo animale, nè quello vegetale, nè tantomeno quello minerale hanno mai manifestato velleità di cambiare in modo repentino le regole naturali, non vedo la ragione di giustificare tale atteggiamento per il solo fatto di essermi situato nella posizione di umano "osservatore". In effetti se l'osservazione è una mia prerogativa naturale ciò non vuol dire che la realtà che "vedo", in quanto tale "mi appare", risponda necessariamente a quella

che la natura veramente è nel modo che vuol di sé mostrare, a meno che io non perda mai di vista il cordone ombelicale che mi unisce al suo grembo.

Ciò premesso vorrei ora entrare in argomento partendo dal presupposto che la mia ottica è quella di un osservatore curioso che nello scorrere dei giorni di una vita caratterizzata da momenti di esaltazione e di frustrazione, vale a dire simile a tante altre, ha avuto la ventura di imbattersi in situazioni permeate di accenti umani ora acuti, ora gravi; la curiosità, come dicevo, mi ha aperto orizzonti ampi e spesso non mi sono reso conto di quanto importanti fossero le prospettive in essi contenute, prospettive che richiedevano solo un minimo di attenzione per leggere i messaggi in esse racchiusi. Solo in un tempo relativamente recente ho iniziato a soffermarmi su quello che la medicina popolare tramandava, dando così inizio ad un periodo di vita esaltante e oltremodo gratificante. Proprio attraverso i suoi suggerimenti ho imparato molte cose tra le quali la validità terapeutica di metodi antichi di cui, grazie alla buona formazione universitaria, ho potuto controllare i presupposti scientifici. Ringrazio quindi il buon Dio di avermi offerto e proposto una strada che penso mi porterà lontano, attraverso sentieri spesso impervi, perchè da troppo tempo non più calcati dai piedi umani, ma certo non per questo cancellati.

LA VIA VEGETALE: I PROFUMI

Inizierò a parlare dei profumi perchè proprio percorrendo questo itinerario penso di poter giungere alla dimostrazione di quanto sopra premesso.

I profumi, creati dalla natura non soltanto per soddisfare le umane necessità, ma anche per altre e non ancora ben precisate funzioni, sono stati e sono tutt'oggi motivo di interessanti attività commerciali e industriali. Vorrei subito precisare che costituiscono una prerogativa comune a molte sostanze vegetali e animali, prerogativa legata soprattutto alla presenza nella loro struttura di molecole simili per non dire eguali.

La culla dell'arte dei profumi fu certamente l'Oriente, dove l'impiego prevalente era quello dei riti propiziatori per fumum, da cui il nome. Il primo accenno all'impiego liturgico dell'incenso si legge infatti nei Veda. La prima formula di profumo è nota da un'iscrizione faraonica del IV millennio a.C. ed è certo che gli egizi adoperavano largamente i profumi nelle pratiche dell'imbalsamazione; in epoca tolemaica l'uso delle essenze era legato al potere antisettico sia per l'imbalsamazione che

per uso personale. La Bibbia testimonia ripetutamente l'importanza degli aromi presso gli Ebrei i cui profumieri costituivano addirittura una corporazione. Il massimo e più fiorente sviluppo dell'arte profumiera si ebbe nel periodo della Roma repubblicana, quando si furono le raffinatezze dell'Oriente con la più razionale esperienza dei Greci; nella Roma imperiale si soleva spargere profumo sul popolo che assisteva ai giochi ed agli spettacoli nelle arene, nonchè profumare vini e incorporare essenze alla pasta con cui venivano fabbricate le coppe. Dopo la caduta dell'Impero Romano, il profumo ritorna al suo antico impiego liturgico con l'avvento del cristianesimo; riappare quindi con le Crociate, a seguito dei contatti con il mondo islamico, per prendere grande sviluppo nel Rinascimento. I profumieri italiani, stimolati dalla competenza e dalle esigenze di personaggi come Caterina Sforza, Isabella e Alfonso d'Este, Lucrezia Borgia, Cosimo I° e Caterina de' Medici (che introdusse la moda dei profumi in Francia), divennero universalmente famosi, tanto che Firenze rimase per lungo tempo la capitale europea dei profumi. La sua supremazia durò fino alla fine del 1600. Nel 1676 l'italiano Feminis, emigrato a Colonia, cominciò la produzione della notissima e famosa "acqua", dando così inizio alla produzione industriale moderna.

E' fuor di dubbio che il maggior fornitore di profumi è il regno vegetale poichè da esso derivano la maggior parte degli olii essenziali che secondo le vedute moderne, sono considerati prodotti protoplasmatici di natura irreversibile; pertanto dai botanici sono normalmente riguardati come "scorie fisiologiche" o "escreti", alla stessa stregua degli alcaloidi (come ad esempio la nicotina, l'atropina, la morfina, la stricnina, la chinina e molti altri) che sono sprovvisti però di proprietà odorose.

Data la loro larga diffusione nei vegetali, è comprensibile un'ipotesi secondo la quale essi avrebbero un'importante funzione nella vita vegetale: protezione contro piante o parassiti nocivi, azione repellente o allettante verso specie di insetti, azione auxinica o di crescita;

A questo proposito vorrei ricordare che le "auxine", scoperte dal botanico olandese Went nel 1927, sono considerate fattori di crescita vegetale, prodotti dalle piante, che agiscono in quantità minima (al pari dei nostri ormoni) su cellule diverse da quelle che le hanno prodotte, controllandone la crescita e

altre funzioni fisiologiche.

Se il problema della funzione biologica degli olii essenziali appare ancora oggi insoluto, sono invece possibili alcune considerazioni interessanti sulla genesi degli stessi.

La formazione degli olii essenziali può essere chiarita solo a partire dalle osservazioni sul metabolismo proprio delle piante; a favore di ciò sta il fatto fondamentale che le piante più ricche di alcaloidi sono le più povere di olii essenziali e viceversa. Ciò rende plausibile l'ipotesi secondo la quale i due gruppi di "escreti" vegetali provengono, attraverso ben differenziati meccanismi biochimici, dagli stessi prodotti metabolici fondamentali e in ogni caso, sono connessi con la formazione della sostanza vegetale.

A questo proposito ricordo che gli alcaloidi hanno una proprietà in comune e cioè la presenza nella loro molecola di azoto trivalente e pare siano il prodotto finale del metabolismo vegetale; questo deriva dagli aminoacidi in seguito a reazioni catalizzate dagli enzimi comunemente presenti nelle piante (decarbossilazione, ossidazione, riduzione, etc.); negli olii essenziali invece i singoli componenti non si formano per se stessi e definitivamente, ma sono termini geneticamente collegati da catene biochimiche, che, procedendo da un comune metabolita fondamentale riferibile all'isoprene (C₅H₈), idrocarburo aciclico, possono anche inserirsi in altri processi vitali della cellula.

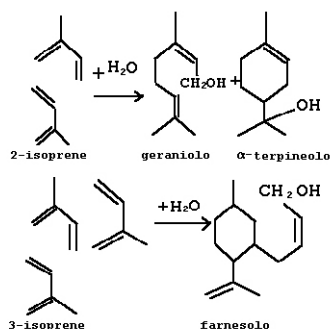
Vari esempi sono noti in letteratura che avvalorano l'ipotesi di uno schema biogenetico generale, secondo il quale, con il concorso del mezzo di reazione, si producono metaboliti di notevole attività, a partire dalle stesse sostanze iniziali. Da essi, poi, si formerebbero per reazioni a catena, i biopolimeri (caucciù e guttaperca) oppure, per semplice concatenamento, i composti terpenici o politerpenici, che, a loro volta, per idratazione darebbero gli alcoli corrispondenti. Da questi ultimi, per idrogenazione e per ciclizzazione, prenderebbe origine la molteplicità terpenica e la conseguente molteplicità aromatica. Per altra via sarebbero sintetizzati i fenoli, i polifenoli e gli esteri riferibili al propilbenzene.

Dalla natura dei costituenti principali degli olii essenziali dovrebbero pure trarsi conclusioni sui sistemi agenti all'interno delle cellule. L'assenza di determinati biocatalizzatori potrebbe così spiegare perchè gli alcoli, le aldeidi ed i chetoni terpenici sono quasi esclusiva prerogativa delle Angiosperme (piante erbacee o legnose caratterizzate

dalla presenza di fiori e di veri frutti), mentre tanto le Angiosperme quanto le Gimnosperme* (conifere, ginkgoine, cicadine, gnetine) producono idrocarburi terpenici e politerpenici; perchè, inoltre, le combinazioni aromatiche, pur trovandosi negli olii essenziali dei fiori delle monocotiledoni (es. Amarillidacee come l'agave, il lillium, etc.), sono quasi esclusivo patrimonio delle dicotiledoni.

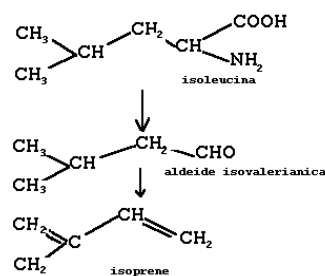
**Da rilevare ai fini della nostra trattazione che le attuali Gimnosperme rappresentano un piccolo residuo di una flora precretacea, assai più varia e ricca, ma oggi nota solo allo stadio fossile.*

Ciò detto, emerge spontanea una domanda: da quali metaboliti intermedi le piante sintetizzano le combinazioni terpeniche e aromatiche? E' da osservare a tal proposito che i più importanti costituenti degli olii essenziali (terpeni, sesquiterpeni, diterpeni) presentano, nella loro struttura chimica, un caratteristico ripetersi periodico di un'unità fondamentale, certamente riferibile allo scheletro isoprenico; tale caratteristica si ritrova inoltre nel caucciù e nella guttaperca. Purtroppo finora l'isoprene monomero non è stato trovato tra i componenti delle piante e c'è poca probabilità che ciò accada in futuro. Questo fatto tuttavia, non sembra spostare le basi del quesito inizialmente proposto, in quanto, più volte, è stato riscontrato il prenolo, possibile prodotto di idratazione dell'isoprene, sotto forma di etere o come catena laterale di combinazioni aromatiche.



Con ciò il problema della biogenesi dei terpeni si ricollega al metabolismo intermedio degli idrati di carbonio o degli aminoacidi e cioè, sostanzialmente, alla necessità di precisare come si formino nei vegetali le combinazioni a struttura ramificata da quelle a struttura normale. Molte ipotesi sono state avanzate (U.S. Von Euler, A.Kusin, G.Hesse, L.Francesconi) e quella più attendibile pare sia quella emessa da A.E. Faworsky e A.J. Leredewa; secondo questi AA. la biogenesi dei terpeni avviene partendo da un aminoacido alifatico a struttura ramificata, la isoleucina; questo, anche secondo Ehrlich, si trasformerebbe in alcool isoamilico, per azione di lieviti, tramite l'aldeide

isovalerianica:



Per concludere questa disamina sull'origine chimica dei terpeni e di conseguenza delle sostanze aromatiche non posso omettere l'accento che rappresenta forse la chiave di lettura di tutto quanto è stato sopra esposto.

Un notevole progresso si è avuto con l'impiego degli isotopi nelle ricerche biogenetiche, in particolare nel campo degli steroli, cui sono affini alcuni politerpeni (es. il lanosterolo). E' stato possibile dimostrare, infatti, con l'impiego di carbonio isotopico (C13 e C11) che la colesterina si forma quasi esclusivamente da acido acetico o da acido piruvico, entrambi prodotti di glicolisi. Collegando questa osservazione al fatto che lo squalene nel quale sono contenuti sei radicali isoprenici, è un noto precursore della colesterina, si giunge alla conclusione che ogni radicale isoprenico si forma da tre molecole di acido acetico. Gli importanti risultati ottenuti nel campo della biogenesi dello squalene e del colesterolo dovrebbero potersi estendere senza particolari difficoltà ai politerpeni nel senso che anch'essi si formerebbero da acido acetico attivato attraverso l'acido acetacetico e l'isoprene.*

**Lo squalene è un idrocarburo non saturo. Liquido incolore presente in gran quantità nell'olio di fegato di squalo. Lo squalene è un triterpene ed è presente in tutti gli organismi capaci di sintetizzare steroli e steroidi, cioè microrganismi, vegetali, animali (tranne gli insetti); è il precursore biologico degli steroidi, degli ac. biliari e di alcuni veleni cardiaci (digitale) ed anche del veleno dei rospi (cumarine).*

Assistiamo in tal modo ad una medesima genesi dei prodotti terpenici sia in campo animale che in quello vegetale, pur se attraverso differenti percorsi; tale schema biogenetico dei politerpeni infatti, secondo W. Treiles, può fornire una risposta al quesito della funzione biologica dei terpeni. Il processo, nel suo complesso, rappresenta una combustione anaerobica di metaboliti intermedi delle piante ad acido carbonico, con la produzione di una certa quantità di energia nella forma direttamente utilizzabile per le sintesi biochimiche. ♦

Natale in grotta

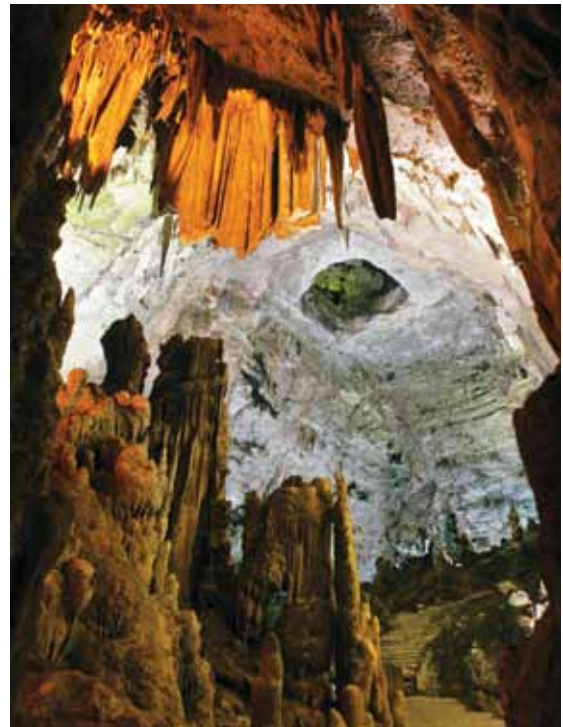
Franco Battiato, Giancarlo Giannini e Christian De Sica superstar a Castellana



di **Daniele Rossignoli**

Ha preso il via il 3 dicembre scorso la quarta edizione di “Natale nelle Grotte”, uno degli eventi più suggestivi legati al Natale mai organizzati all’interno delle Grotte di Castellana, in Puglia.

Ne La Grave, la prima delle caverne che si incontrano immergendosi nel complesso di cavità sotterranee, location ideale per esibizioni dal vivo con la sua acustica che permette di realizzare performance musicali particolarissime, si esibiranno artisti di primo piano della scena italiana e internazionale come Giancarlo Giannini (11 dicembre) con il recital che fonde letteratura e musica “Le parolente – viaggi e miraggi”, Franco Battiato (15 dicembre) in concerto; Dsl - Dire Straits Legacy, un progetto musicale che vede riuniti sul palco gli ex membri della storica band inglese in concerto (30 dicembre), con la speciale esibizione di Numa, madrina Unicef; Christian De Sica (7 gennaio) con il recital “Christian Racconta Christian De Sica”, in cui l’artista avrà modo di dialogare direttamente con il pubblico. Le Grotte di Castellana sono un complesso di cavità sotterranee di origine carsica, di notevole interesse turistico, tra i più belli e spettacolari d’Italia. Si sviluppano per una lunghezza di 3348 metri e raggiungono una profondità massima di 122 metri dalla superficie. La temperatura degli ambienti interni si aggira



attorno ai 16,5°C. Situate alle porte della Valle d’Itria, a pochi chilometri da borghi incantevoli come Alberobello, Cisternino, Polignano a Mare, le Grotte di Castellana si aprono nelle Murge sud orientali – a 330 m s.l.m. – sull’altopiano calcareo formatosi nel Cretaceo superiore, circa novanta-cento milioni di anni fa. ◆



Leggi che ti passa

Libri: curare con le parole

La cura dei malati è fatta anche di parole, libri, partecipazione alla vita culturale. E a Milano il Cral dell'ospedale San Carlo Borromeo, insieme all'Asst Santi Paolo e Carlo, hanno deciso di percorrere questa via, partecipando alla tre giorni di "Bookcity Milano", la manifestazione di incontri, presentazioni, dialoghi, letture, mostre, spettacoli e seminari per promuovere i libri e la lettura. Protagonista dell'evento "L'arte di curare: prendersi cura con parole, suoni, libri e immagini", lo scrittore Marco Venturino, autore del best seller "Cosa sognano i pesci rossi" e direttore del Reparto di anestesia e rianimazione dello Ieo di Milano. Il romanzo racconta la storia dell'amministratore delegato di una importante azienda a cui viene diagnosticato un tumore in metastasi avanzata. Non si potrebbe operare, ma un chirurgo famosoci prova comunque, salvo poi parcheggiare il paziente in terapia intensiva quando l'operazione non riesce. Tra quest'uomo ormai ematizzato, incapace di comunicare, in attesa della morte, e il medico di terapia intensiva che deve prendersi cura di lui, si instaura un rapporto tormentato, drammatico e umano che l'autore descrive nei dettagli più personali, suddividendo il romanzo in capitoli, uno raccontato in prima persona dal malato, l'altro dal medico.

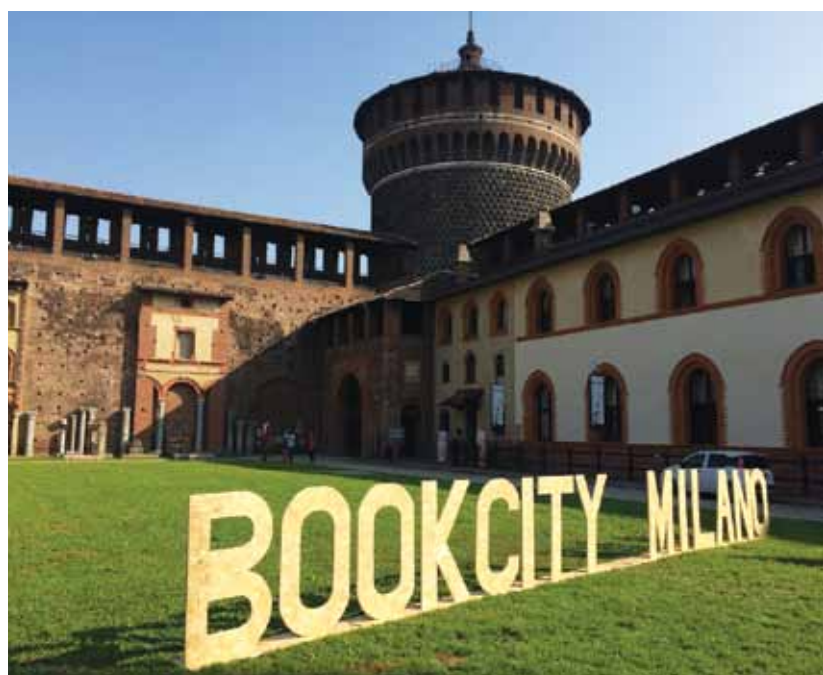
"Sposiamo con grande entusiasmo iniziative culturali di questo tipo -commenta Daniela Malnis, direttore socio-sanitario dell'Asst Santi Paolo e Carlo - E' ormai noto il rapporto privilegiato tra partecipazione culturale e stato di salute. Alcuni studi



hanno dimostrato come la fruizione intelligente del tempo libero si associ a un prolungamento dell'aspettativa di vita e sia di aiuto nella lotta di alcune malattie degenerative. L'attività culturale è quindi un ottimo strumento in grado di prevenire il declino cognitivo, attenuare le condizioni di stress e contribuire al benessere generale".

di **Marina Gianarda**

Sempre all'interno di Bookcity Giovanna Mormandi, responsabile Centro diurno del Dipartimento di salute mentale dell'Asst, ha esposto al Teatro Franco Parenti il progetto "Biblioteca la Conca", che ha tra i suoi obiettivi quello di favorire l'integrazione sociale e il recupero dei cittadini con disagio psichico. ◆



Tremate: gli zombi son tornati, al cinema, in tv, su internet

Chi muore si rivede



di **Lorenzo De Luca**, sceneggiatore

La ocandina remake di "La notte dei Morti Viventi, 1990".

Ad 84 anni di distanza dal primo film di culto (*White Zombie*, 1932), i Morti Viventi sono tornati in massa sul grande schermo, sul piccolo ed anche su quello piccolissimo del PC, fra videogames ed Internet. La loro iconografia attuale (putrefatti e cannibali) risale al 1968, quando George A. Romero, filmmaker ventottenne, gira *La notte dei morti viventi* (*Night of the living dead*); e se lo gira nelle campagne di casa (Pittsburgh, Pennsylvania), rimediando da amici e parenti pochi soldi -così pochi che invece della pellicola a colori opta per il bianco e nero-, rubacchiando la trama dal romanzo *Io sono leggenda*, di Richard Matheson. Nasce il primo Horror politico in pieno '68: nell'America delle marce per i diritti civili, ecco che il protagonista è un nero, alla guida di un manipolo di disperati barricati dentro una casa di campagna assediata da zombies. Per quale motivo i morti, lenti ed idioti, siano antropofagi, non è spiegato: si ipotizzano misteriose radiazioni emanate da una sonda spaziale, ma è un puro contenti-



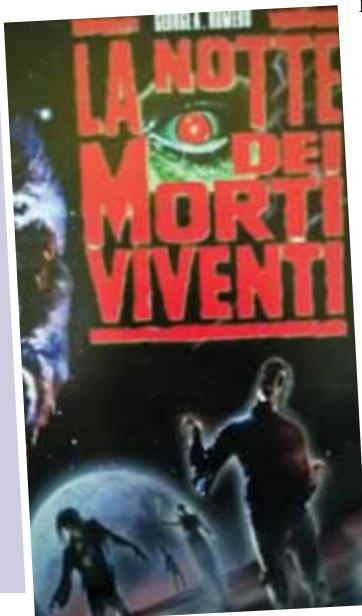
Il primo zombi in La notte dei Morti Viventi, era Bill Hinzman, anche tecnico delle luci del film. Di necessità, virtù...

no al pubblico che abbisogna di motivazioni, poiché ciò che a Romero importa di più, è di massacrare l'American Way of Life, il consu-

mismo sfrenato, l'egoismo individualista e l'Happy-end (alla fine l'eroe, scambiato per uno zombi, viene ucciso con una fucilata da un giustiziere). Nessun mostro cinematografico è più politicizzato di questo, ed il discorso si precisa nel capolavoro assoluto *Zombi* (*Dawn of the Dead*, 1978), che sempre Romero gira con l'aiuto di Dario Argento. Qui la metafora diventa addirittura didascalica: dianzi alla pandemia di zom-

Cos'è lo Zombi

Nasce nella religione Vudù, praticata dai neri nelle Antille. L'etimo viene dal creolo-haitiano Zonbi. E' un morto resuscitato da un Bokor (stregone) ed asservito ai suoi voleri, sovente per lavorare da schiavo. In realtà dietro al mito c'è una misteriosa droga che il Bokor somministra provocando morte apparente nel malcapitato. Sempre il Bokor, col suo antidoto, riesce a "resuscitarlo" dimostrando a tutti il suo potere. Ma i centri nervosi sono danneggiati e perciò lo zombizzato è lento ed idiota. In Italia, la minaccia di zombizzare è stata usata da sedicenti stregoni per costringere ragazze africane immigrate a prostituirsi.





bite (chi sopravvive al morso di un morto vivente, diventa suo collega nel giro di poco), né la televisione, né i militari, né la scienza sanno che pesci pigliare, e la società si sfascia in cinque settimane. Lo sparuto gruppo di fuggiaschi (ancora una volta guidati da un Afro), si barriera in un centro commerciale, totem del consumismo dove c'è tutto quanto occorre alla sopravvivenza. E al diavolo chi resta fuori! Ma la tregua dura poco e per quanto si armino fino ai denti, i personaggi non riescono davvero a sentirsi sicuri, né a fare le scelte giuste. Romero detesta la mania tutta americana per le armi ed ha quasi più simpatia per i mostri -che in quanto tali, cioè coi cervelli morti, non sono senzienti- che per i vivi, che hanno un cervello ma fanno sempre le scelte sbagliate dettate da avidità e violenza. Nel vedere gli zombi accalcarsi davanti alle vetrine, l'Afro sentenzia: "Vogliono questo posto, non sanno perché, ma sanno che era importante per loro, quando erano vivi". Con questa battuta, Romero ci fotografa tutti ed assicura al suo film un'attualità perenne: perché noi che oggi ci rinchiudiamo abitualmente nei centri commerciali, non abbiamo neanche la scusa di essere morti. Per brevità salto centinaia di imitazioni (cito, per puro campanilismo, l'italiano *Zombi 2*, 1979, di Lucio Fulci; della saga *Resident Evil* non vale neppure la pena di parlare), ed arrivo al recente *World War Z* -ovviamente Z come Zombi-, con Brad Pitt, del quale sta per arrivare il sequel. Ormai i Morti Viventi, e da molto prima di questo film, non barcollano più, corrono come leoni che inse-



guono gazzelle, onde evitare che lo spettatore smaliziato (e istupidito dai videogames) si annoi. Gli Americani, si sa', sono un popolo sfacciato che ama i mostri (forse perché ne fabbrica tanti), e dal divieto ai minori che contrassegnava i film romeriani, si è arrivati al serial *The Walking Dead*, che va avanti dal 2010 in televisione. Ma ormai siamo nel merchandising più completo. Nei casi migliori, il Morto Vivente rappresenta una società che, avendo divorato tutto, finisce per

divorare sé stessa; nei peggiori, un "loop" ripetitivo, noioso, in cui un pugno di vivi vanno in giro a sparare a morti che fanno smorfie e versacci (e che, non si sa' bene perché, sono sempre cannibali). Più che nell'Horror, siamo nell'Error. ♦

Russell Streiner, coproduttore de La notte dei Morti Viventi, nel ruolo di Johnny, vittima e zombi a sua volta.

La locandina "Il ritorno dei Morti viventi", arguta parodia diretta da Dan O'Bannon, sceneggiatore di Alien.

Chi è George A. Romero

Nato a New York nel 1940 da padre cubano, George Andrew Romero si trasferisce a Pittsburgh (Pennsylvania) dove fonda una società con alcuni amici per realizzare pubblicità. Il medesimo gruppo nel 1968 si autofinanzia La notte dei Morti Viventi, che nel giro di due anni diventa un successo planetario. Romero ha diretto 16 film, di cui ben 6 sugli zombi, ma anche opere eclettiche come Wampir (1977), La città verrà distrutta all'alba (1973), La metà oscura (1993). I suoi risultati migliori -anche quando flop di incassi- portano tutti l'inconfondibile marchio della sua caustica, polemica visione del mondo. A lui gli zombi stanno simpatici; i politici, i militari ed i produttori, invece no.

Quando il bambino disabile diventa adulto

di **Antonietta Nembri**

Un tema che è una sfida e che chiede di creare una cultura più ampia. Così Fabio Pizzul ha introdotto il convegno per gli operatori sanitari Unitalsi Lombarda del 26 novembre dedicato a un tema rilevante quale quello della disabilità. «Il tuo limite la mia ricchezza. Quando il bambino disabile diventa adulto», questo il titolo della mattinata che ha visto alternarsi un genetista, una psicologa, un sacerdote fondatore della Casa di Gabri - una comunità residenziale per minori disabili gravi. Tra gli interventi anche la testimonianza di Adriana Torelli mamma di Simone, un bambino disabile grave.

Nell'aprire la sua relazione il genetista Angelo Selicorni, primario dell'ospedale Sant'Anna di Como, ha posto l'accento su due premesse: la base genetica delle disabilità da lui affrontate e la rarità con il rischio di appiattare il quadro clinico sulla malattia rara o rarissima, dimenticandosi che si sta parlando di bambini che sono come tutti gli altri, che accanto alle problematiche legate alla loro malattia hanno gli stessi problemi pediatrici dei loro coetanei, come quelli dentali. Un aspetto su cui ha richiamato l'attenzione è che non è det-

to che due bambini con la stessa sindrome siano uguali. «La diagnosi eziologica è uguale, hanno la stessa mutazione genetica» ha detto Selicorni, mostrando l'immagine di due piccoli con la sindrome di Cornelia De Lang, «ma la diagnosi funzionale può essere diversa. In pratica – ha esemplificato – se la diagnosi eziologica è il binario che ci dà una direzione, la diagnosi funzionale è personale e dinamica, è il treno, cioè il bambino che a noi interessa». Per quanto riguarda i cambiamenti che ci sono stati in questi decenni ha voluto ricordare che a migliorare la condizione delle persone con sindrome di Down non è stato il fatto che si è trovata la cura genetica, ma che vengano curate di più, c'è maggiore attenzione «gli vogliamo più bene», ha chiosato. Selicorni ha poi mostrato gli studi che dimostrano come nel 73% dei casi i minori con disabilità intellettiva grave provano dolore prolungato che non viene curato. Perché un ragazzino può provare dolore? La causa può essere una banale stipsi, o un mal di denti. Il dolore del bambino disabile si può e si deve misurare, ci sono scale osservazionali attraverso cui si può valutare. Il miglioramento della gestione dei sintomi ha fatto sì che dagli anni sessanta ai '90 per i bambini con la distrofia muscolare di Duchenne si siano guadagnati nell'aspettativa di vita 20 anni. La terapia sintomatica cambia la vita, «le barriere sono la buona o cattiva gestione» ha ricordato. Occorre conoscere: ha esemplificato ancora parlando per esempio delle urgenze con un giovane-adulto con sindrome di Williams che va al pronto soccorso con il mal di pancia. La diverticolosi intestinale è una delle malattie delle persone con sindrome di Williams e se il medico del pronto soccorso lo sa può cercarla e curarla come farebbe con un paziente settantenne, «ma se non lo sai non la vai a cercare in un ventenne».

Per le persone con sindrome di Down nell'ultimo secolo si sono guadagnati 40 anni di aspet-

Don Angelo Epistolio, Presidente Società AGORA, Roderò (CO)



tativa di vita, oramai tutti i centri che seguono i bambini down hanno più pazienti giovani-adulti. Un ultimo problema affrontato è quello dei problemi comportamentali dei giovani soprattutto con ritardo mentale lieve di 25 anni che vengono trattati come bambini e questo loop può creare delle situazioni psicotiche. In termini generali nelle persone con disabilità intellettive resta la vecchia diatriba tra un approccio comportamentale educativo e/o un approccio farmacologico. «Smettiamola di pensare che il farmaco sia il male, aiutiamo i genitori a capire che un farmaco può servire a normalizzare la situazione e a inserire in un'attività che aiuta a prevenire. La gestione farmacologica in età giovane adulta è complessa» ha aggiunto sottolineando che spesso gli psichiatri non sanno neppure che questi ragazzi esistano: «C'è un lavoro culturale amplissimo da fare e il passaggio dall'età pediatrica a quella adulta è drammatico». Una delle ultime tematiche affrontate è stata la sessualità, in cui si intersecano moltissime situazioni con paure e ansie Occorre insegnare la gestione dell'affettività se non della sessualità. Nelle conclusioni ha ricordato che ciò che differenzia queste condizioni dalle malattie in generale è molto chiaro: in un bambino con una leucemia è molto facile la distinzione malato/malattia, il bene è il bambino, il male è la malattia. «In questa condizione malato e malattia coincidono, la lotta alla malattia è la distruzione del malato, pensiamo a tutto il discorso della diagnosi prenatale che a oggi ha la funzione di informare sulla presenza di un'anomalia con l'unico scopo pratico che se lo sai puoi interrompere la gravidanza. Malato e malattia coincidono». E allora che cosa dà speranza ai genitori? La speranza di una cura? La ricerca? «sarebbe un po' un'utopia. L'alternativa è la speranza che è una presenza affidabile», ha concluso.

Dopo le parole del medico al convegno sono risuonate quelle della mamma di Simone, bambino di cinque anni e mezzo. Adriana Torelli con semplicità ha raccontato come l'essere madre di Simone, un bambino disabile grave ha fatto sì che il ruolo di mamma sia finito in secondo piano «diventi infermiera, tralasciando le cose fondamentali per un bambino: l'essere considerato un bambino». Ne consegue che occorre anche avere il diritto di essere genitore e mamma, anche il semplice discorso di poter giocare con il proprio figlio, è tutto da imparare. Fondamentale quindi il ruolo degli operatori. La serenità – ha concluso – è nel guardare il proprio figlio e dire «io ho fatto sì che il tuo quotidiano fosse più sereno possibile».



Non ha usato mezze parole la psicologa Edy Salvan nell'affrontare il tema della sua relazione «La famiglia del disabile che cresce». Partendo dall'analisi della condizione familiare in cui si riscontrano sia una maternità sia una paternità «ferita». «Occorre lavorare per raggiungere una condotta genitoriale amorevole» ha ricordato prima di sottolineare come nella fase adolescenziale si viva uno scontro tra figlio e genitore molto forte anche perché da una parte «finisce l'illusione di una guarigione» e dall'altra si debba evitare il considerare il proprio figlio con disabilità un «eterno bambino». «Ma quando possiamo definirli adulti?» ha chiesto la psicologa per rispondere che da una parte occorre considerare l'aspetto fisico, ma dall'altra «non lo diventerà mai se riteniamo adulta una persona in grado di autodeterminarsi». Ed ecco allora che occorre fare il passo verso l'accettazione del figlio reale. C'è poi nel genitore la preoccupazione per il futuro. «Una sensazione che può provocare vuoto o panico per cui alcuni arrivano a prolungare la cura. Il diventare adulto del ragazzo disabile si scontra con il pensarlo un eterno bambino e l'angoscia del genitore va ricercata nel fatto che mancano loro delle risposte»,

Nelle foto, dall'alto, la Dott.ssa Salvan Edy psicologa, il Dott. Angelo Selicorni

ha insistito Salvan introducendo il tema del “dopo di noi” che va preparato nel “Durante noi”. L’autonomia è un processo graduale che nasce con il bambino. Un problema per la psicologa è il fatto che spesso i genitori prima di considerare l’inserimento esterno pensano di caricare il proseguimento della cura sui fratelli. «Il ragazzo deve essere aiutato nella ricerca di un ambiente esterno non va tenuto sotto una campana di vetro». L’ultimo tema ha riguardato il modo di affrontare la crescita e il futuro fin dall’inizio: «Occorre un sostegno alla famiglia che non sia a compartimenti stagni» e proprio per questo esistono gruppi di lavoro che prevedono diverse figure professionali. Ma fondamentale resta la “protezione della famiglia” che dipende da diversi fattori che tengano presenti sia le caratteristiche sia lo stile genitoriale della relazione con il figlio disabile solo così si ha la possibilità di superare lo stress che non manca.

Intenso l’intervento di don Angelo Epistolio, presidente dell’associazione Agorà che ha testimoniato la modalità con cui la comunità cristiana può accogliere la persona disabile. Dopo un breve excursus sulla storia dell’attenzione al povero e al malato da parte della chiesa, passando dai santi ospedalieri rinascimentali e poi dai campioni della carità dell’ottocento come don Bosco, don Guanella, don Orione «e adesso?» ha chiesto don Epistolio. «Accanto alle categorie della disabilità, fisica o mentale, vi è una terza categoria: la disabilità cordis, del cuore. Oggi abbiamo dei cuori malati. Credo che nella chiesa dobbiamo superare questa disabilità che vuol dire insensibilità, mancanza di attenzione. Il papa parla della tenerezza, della misericordia, come un profeta che parla al vento. Lo seguono i laici, lo apprezzano, ma la chiesa gerarchica non lo sta seguendo. Al di là di

qualche picco personale, come chiesa siamo latitanti, perché dovremmo essere noi correre verso povertà, solitudine, disabilità e invece abbiamo il cuore raffreddato. Noi dobbiamo fare questa cultura, perché la comunità cristiana siamo noi». Ha invitato poi rivolto un invito agli unitalsi: «Quando andiamo a Lourdes, dovremmo lavarci gli occhi per potere vedere perché ci occorre questo collirio spirituale che ci fa vedere nella persona, nel povero (di salute, famiglia ecc.) con questi occhi trasparenti e sapete chi c’è dietro il povero? Noi dobbiamo vedere intravedere il Signore. Il cristiano è colui che evangelicamente nel suo prossimo vede il suo Signore». Citando poi la madre che ha fatto la testimonianza ha aggiunto: «Qualora noi entrassimo in casa della signora Adriana entriamo in un santuario. Ogni giorno vado in questa casa, la Casa di Gabri, per me tenere in braccio uno di questi bambini è un atto di adorazione. Compio il mio gesto di adorazione perché tengo tra le braccia il mio Signore. La preziosità di queste persone ci viene dal vangelo (Mt. 25). “Lo hai fatto a uno dei miei fratelli più piccoli”. Il nostro rapporto il nostro volontariato è un atto liturgico, non è un servizio funzionale. Ecco che cosa deve fare la comunità cristiana: accorgersi che il suo Signore non è nell’altissimo dei cieli, anche, ma il mio Signore si è incarnato ed è qui. La sua non è una regalità mondana, ma noi se ci rapportiamo nella nostra professione nel nostro volontariato a una di queste persone più piccole è come se compissimo questo atto di adorazione.»

Posta questa premessa ha aggiunto: «Fare bene quell’assistenza quel servizio con questa grande motivazione, cambia la qualità della nostra vita e torniamo a casa non solo sereni, ma contenti. Quando andavo a Lourdes consideravo la via crucis uno dei momenti più belli per noi perché è un cammino non solo di dolore, ma di carità. All’ultima stazione ci si fermava lì e compivo un rito: la benedizione delle mani» ha rivelato: «Anche voi se toccate il corpo del Signore crocifisso» per cui recitava: «Benedici o Signore queste mani fa che siano piene di carità solerti e premurose nel servire e capaci di trasformare la fatica in orazione».

Ha concluso il suo intervento descrivendo la Casa di Gabri, una comunità che accoglie bambini con grave e gravissima disabilità, «per alcuni di loro è un accompagnamento alla morte». E ha narrato alcuni episodi, ma soprattutto ha rivelato come accanto alle cure, alle terapie, ai monitor di telemedicina di cui sono dotati i dieci posti importantissima è la “terapia affettiva”. ♦

Pubblico nella sala riunioni della Sezione Lombarda dell'UNITALSI Milano





Consigli per la lettura

Federica Santi

NON VIVO IN UNA BOLLA

*Progetto da Zero a 100 anni,
2016*



Raramente ho letto un libro tutto di fila, per quanto breve: è quasi impossibile fare diversamente di fronte alle pagine di questa madre, scritte con le lacrime, certo, ma anche con l'adrenalina di chi non si arrende. Non è la sede per trattare gli aspetti scientifici di un fenomeno certamente in crescita, l'autismo infantile, dove si scatenano giudizi e pregiudizi di ogni sorta: voglio spostare l'accento sul dramma di tante famiglie che vedono improvvisamente un proprio figlio isolato dal resto del mondo, in quella "bolla" che Federica Santi vuole spezzare, per il suo bambino, e per dare un aiuto psicologico e pratico a chi si trova nella sua situazione. Federica racconta la storia di suo figlio Nicola, che ora ha sei anni, dopo la diagnosi di autismo, insorta dopo somministrazione del vaccino trivalente MPR, una diagnosi che ha

coinvolto tutta la famiglia in una realtà terribile ed inattesa, a cui nessuno può essere umanamente preparato. L'obiettivo di questa madre coraggiosa è quello di dar voce a tutte le famiglie che vivono ogni giorno il dramma di una patologia estraniante e straziante, quasi sempre incomprese e isolate dalla società in cui vivono, nell'alone che da sempre caratterizza l'ignoto che fa paura. E' un libro-piattaforma, destinato a stabilire contatti operativi e, auspico io, embrione di una possibile futura associazione di familiari, che possa dare aiuti concreti anche a livello burocratico, quanto meno per veder riconosciuti elementari e basilari diritti all'assistenza. Racconta Federica: "Abbiamo sottovalutato, sia noi che la pediatra, i disturbi gastrointestinali che hanno accompagnato Nicola dai due mesi in poi e che si sono manifestati subito dopo la prima vaccinazione esavalente (antitetanica, antiepatite B, antipolio, anti-difterica, anti haemophilus, anti pertosse) più l'anti pneumococcica, ma anche dopo i richiami e le successive vaccinazioni, fino a cronicizzarsi: quel vomito a getto non poteva essere confuso con un semplice rigurgito". E ancora: "All'epoca eravamo del tutto inconsapevoli della stretta collaborazione fra cervello, stomaco e intestino". Fino a 22 mesi Nicola era comunque un bambino normale, sano, vivace e precoce in tutto. "A tredici mesi, Nicola, sgambettava come un leprotto. A venti parlava e cantava, manifestava il suo talento artistico

in ogni occasione: sapeva dipingere, era affettuoso, baciava il fratellino nel pancione". Poi, intorno ai 22 mesi, subito dopo la nascita del fratellino, ha avuto un arresto dello sviluppo, e in poche settimane, ha smesso di parlare, di mangiare di gusto, di dormire un sonno filato". In Italia l'incidenza dell'Autismo infantile è di 6-10 bambini su 10.000, con un rapporto fra maschi e femmine di 4 a 1, dati molto probabilmente sottostimati, visto che negli USA si parla di un rapporto di 60/10.000. Mamma Federica è convinta che dall'Autismo si possa uscire, a dispetto del pessimismo della scienza ufficiale: ha visto migliorare Nicola, quando gli ha cambiato l'alimentazione ("togliendo glutine e caseina ha ripreso a parlare"). Nicola sta ora seguendo i principi dell'isoterapia (Cease therapy), per la disintossicazione da metalli pesanti, sicuramente coinvolti nell'etiopatogenesi di questa patologia, obiettivo che altre scuole di pensiero stanno seguendo attraverso altre strade complementari, come l'integrazione con preparati biodinamici (Pianeta Salute ha ospitato un case report sull'argomento). E alla fine ottimismo e l'amore possono vincere, lavorando insieme, senza pregiudizi. Il libro costa 20 euro compresa spedizione: non si trova in libreria e si può richiedere a federicasanti80@gmail.com. L'intero ricavato viene reinvestito nelle cure necessarie al piccolo Nicola. Per informazioni è possibile consultare il blog: dazeroa100anni.com ♦

Istituzioni, medici e consumatori hanno visitato il sito produttivo di Zollino, che rappresenta un'eccellenza nel panorama nazionale

“Fabbriche aperte” Assogenerici fa tappa da Lachifarma a Zollino

“Fabbriche aperte” fa tappa a Zollino (in provincia di Lecce), nello stabilimento produttivo di Lachifarma, con l'obiettivo di promuovere la corretta informazione sul valore dei farmaci equivalenti. L'iniziativa di Assogenerici nasce infatti per “sensibilizzare l'opinione pubblica e i decisori politici, sgomberando il campo dai pregiudizi che riguardano un settore capace, in realtà, di creare risparmio, favorire l'accesso alle cure e garantire la sostenibilità del

Servizio sanitario nazionale”. Il comparto dei farmaci equivalenti, comunemente noti come generici, costituisce inoltre “un importante sostegno al prodotto interno lordo italiano e una spinta virtuosa all'occupazione, anche per l'indotto”.

Lachifarma, dunque, apre le porte del proprio stabilimento, aderendo all'iniziativa ‘Fabbriche aperte’, promossa da Assogenerici, l'organo ufficiale dell'industria dei farmaci generici. Istituzioni, medici e consumatori hanno visitato il sito

produttivo di Zollino, un'eccellenza nel panorama nazionale.

La Puglia diventa così protagonista della quarta tappa di questo viaggio all'interno delle imprese associate ad Assogenerici, che grazie al mercato degli equivalenti hanno nuove opportunità di sviluppo. Fondata nel 1985 da Luigi Villanova, Lachifarma produce farmaci etici ed equivalenti con gli stessi tecnici specializzati e con gli stessi macchinari.

Vent'anni di attività, diecimila posti di lavoro, 2,6 miliardi

Studio Aura 3 presentato a Vienna

Tumori, nuova arma molecolare efficace contro cancro polmone avanzato

Un'arma molecolare, potente e sensibile, in grado di colpire un bersaglio preciso e fermare così il cammino del tumore al polmone non a piccole cellule avanzato o con metastasi. Alla Conferenza mondiale dedicata a questa malattia, in corso a Vienna, sono stati presentati i dati dello studio Aura 3 su osimertinib. Il farmaco di AstraZeneca “si è rivelato nettamente superiore alla chemioterapia, riducendo del 70% il rischio di progressione del tumore, e mostrandosi molto attivo contro le metastasi cerebrali che possono

manifestarsi in questi malati, una ‘bestia nera’ per gli oncologi. Insomma, ci troviamo davanti a una vera svolta per questi pazienti”. Parola di Marina Chiara Garassino, responsabile Oncologia toraco-polmonare dell'Istituto nazionale tumori di Milano, che ha partecipato allo studio.

Al centro della ricerca, in particolare, i pazienti con mutazione T790M del recettore Egfr: “Oggi in prima battuta si possono trattare con tre farmaci mirati, ma in media dopo un anno la target therapy perde la sua efficacia e il tumore ricomincia a crescere. Finora ave-

vamo a disposizione solo la chemio, oggi non è più così”, dice Garassino.

Il trial di fase III, coordinato da Vassiliki Papadimitrakopoulou dell'Anderson Cancer Center di Houston, ha coinvolto 126 centri nel mondo, di cui sei in Italia (l'Int, il San Luigi di Orbassano, l'Irccs Meldola, l'Ospedale di Avellino, le Molinette di Torino e il Campus Biomedico), ed è stato appena pubblicato sul “Nejm”.

“Due terzi dei pazienti hanno ricevuto il farmaco, gli altri la chemio”, spiega Garassino. Ebbene, i primi “hanno speri-

di euro di fatturato. Sono questi i numeri principali dell'industria dei farmaci equivalenti, che in Italia ha generato occupazione e innovazione, consolidando un comparto sempre più all'avanguardia, che cerca di superare i residui di diffidenza da parte dei consumatori. Diffondere la conoscenza per aumentare la fiducia del paziente, è infatti l'elemento determinante per il successo di questo settore, che dal 1996 guarda all'inclusività, ai diritti delle generazioni future e al progresso.

“Il comparto dei farmaci equivalenti, comunemente conosciuti come generici, costituisce inoltre un importante sostegno al prodotto interno lordo italiano e una spinta virtuosa all'occupazione, anche per l'indotto - ha dichiarato da Enrique Häusermann, presidente di As-



sogenerici - In Puglia - ha aggiunto - il modello di sinergie tra i settori della ricerca, della produzione e della formazione è ampiamente collaudato e lo

dimostra ancora una volta la presenza di aziende del calibro di Lachifarma, che rappresentano una fonte di crescita per il territorio, nel rispetto della sicurezza”.

Lachifarma, dunque, apre le porte del proprio stabilimento. Istituzioni, medici e consumatori hanno visitato il sito produttivo di Zollino, che rappresenta un'eccellenza nel panorama nazionale. Fondata nel 1985 da Luigi Villanova, l'azienda produce farmaci etici ed equivalenti con gli stessi tecnici specializzati e con gli stessi macchinari, un dettaglio di garanzia assoluta. “Questa iniziativa - ha sottolineato Luciano Villanova, Qualified Person di Lachifarma - è un'occasione per dimostrare al mondo istituzionale, al sistema politico e ai consumatori che la farmaceutica in Italia ha standard eccellenti, una qualità che Lachifarma riesce ad ottenere anche grazie ai continui investimenti in ricerca, sviluppo e innovazione tecnologica”. ◆

mentato un tasso più elevato di sopravvivenza libera da progressione della malattia”, riferisce Papadimitrakopoulou. In media, secondo i dati presentati, si tratta di 10,1 mesi contro i 4,4 della terapia standard.

Inoltre, **il farmaco “è molto ben tollerato**. Questi risultati mostrano un effetto significativamente superiore del medicinale rispetto alla chemio e stabiliscono un nuovo standard di cura per questi pazienti”, evidenzia l'esperto. Un parere condiviso da Garassino. “Inoltre si tratta di un farmaco orale con un eccezionale profilo di tollerabilità. La maggiore efficacia e la facilità di assunzione cambiano le prospettive di vita di molti pazienti”, sostiene l'oncologa italiana.

“I risultati del trial - dichia-

ra Cesare Gridelli, presidente dell'Associazione italiana di oncologia toracica (Aiot) e direttore del Dipartimento di oncologia del Moscati di Avellino - sono molto positivi, perché dimostrano come sia possibile allungare la sopravvivenza dei pazienti con una specifica mutazione dell'Egfr, che rappresenta la più comune causa di resistenza ai farmaci inibitori della tirosin chinasi usati in prima linea. Per questo motivo speriamo che la nuova terapia, approvata dall'Agenzia europea per i medicinali (Ema) quasi un anno fa, sia rimborsata al più presto anche in Italia. Nel frattempo, è urgente che Aifa, in collaborazione con l'azienda, individui soluzioni per permettere a tutti i pazienti di beneficiare di osimertinib immediatamente”. ◆

I meccanismi responsabili della minzione sono complessi e coinvolgono il cervello, il sistema nervoso e diversi muscoli della vescica

L'urologo: incontinenza problema diffuso, fino al 20% in Italia

Alivello mondiale, più di 43 milioni di uomini soffrono di incontinenza urinaria. In Europa, più del 16% degli uomini e delle donne di 40 anni e più manifesta sintomi di vescica iperattiva, per un totale di 25 milioni di persone. **“Il problema è molto diffuso”, spiega Walter Artibani, primario di Urologia dell’ospedale Borgo Trento (VR) e presidente della Società italiana di urologia (Siu).** “Si calcola che in Italia può colpire fino al 20% della popolazione, soprattutto nella fascia di età alta”.

L’incontinenza urinaria maschile è una patologia difficile con cui convivere, mette a dura prova la vita privata di un uomo e può influire sul lavoro, sulla socialità e sulla relazione di coppia. “L’incontinenza urinaria maschile è un evento drammatico - racconta Artibani - che rende difficile la vita del paziente, obbligandolo all’uso di pannolini sia di giorno che di notte e compromettendo drammaticamente la vita di relazione”.

I meccanismi responsabili della minzione sono complessi e coinvolgono il cervello, il sistema nervoso e diversi muscoli della vescica. La perdita di controllo è di solito il risultato di un danno allo sfintere, il muscolo che governa la fuoriuscita di urina dalla vescica, che non è più in grado di chiudere completamente l’uretra.



Il danno spesso deriva da trattamenti per il cancro della prostata, da determinati disturbi e patologie (ad esempio, diabete, sclerosi multipla, morbo di Parkinson, ictus), da un trauma o un intervento chirurgico al bacino.

Come affrontare, dunque, questo problema? “Le soluzioni non chirurgiche sono nella stragrande maggioranza dei casi inefficaci - risponde Artibani - In particolare la fisiokinesiterapia, quando c’è un danno sfinterico, raramente ottiene qualche risultato e se lo ottiene è soltanto parziale. **La soluzione definitiva per un’incontinenza sfinterica maschile consiste in un intervento chirurgico che inserisca uno sfintere urinario artificiale:** questo costituisce la

migliore opzione di scelta e lo standard di trattamento in base a tutte le linee guida urologiche”.

L’auspicio di Artibani è di una maggiore diffusione di questa possibilità terapeutica: “Sicuramente è necessaria una maggiore informazione del paziente. Nell’incontinenza urinaria, soprattutto quella maschile, esiste una sorta di vergogna nel portare alla luce il proprio problema, talvolta pensando che non vi siano soluzioni appropriate”, conclude. ♦

A cura di



**adnkronos
salute**

26ma edizione de IL LIBRO DEI FATTI
edito dall'Adnkronos

**“i fatti separati
dalle opinioni”**



960 pagine (12,50 euro), con oltre 20 mila notizie: dalla politica allo sport, dalla cronaca nera all'economia, dagli spettacoli alla cultura, disponibile oltre che in libreria anche tramite app e nei formati web ed ebook



Le Associazioni informano

SANITÀ, CONGRESSO AMSI: "RIELETTO ALL'UNANIMITÀ L'ESECUTIVO AMSI PRESIEDUTO DA AODI CON CONFERME E NEW ENTRY E CON IL COINVOLGIMENTO DI PIÙ DI 500 DELEGATI REGIONALI E NAZIONALI"

Oltre 60 mila i Professionisti della Salute di origine straniera in Italia

Si è svolto presso la Clinica Ars Medica di Roma il Congresso Amsi su "IL DOLORE NEUROPATICO PERIFERICO: Diagnosi differenziale e trattamento": si sono uniti in questa giornata i professionisti della Salute di origine straniera e italiani che fanno della Sanità una chiave di integrazione e cooperazione internazionale tra l'Italia, l'Africa e i Paesi Euro-mediterranei. Una cooperazione che rappresenta una realtà ben consolidata in Italia, come confermano gli ultimi dati trasmessi da Amsi: 60 mila i professionisti della Sanità che lavorano in Italia nel 2016; 18 mila i medici; 37 mila gli infermieri; 3.500 i fisioterapisti; 2000 i farmacisti e 200 gli psicologi. Queste statistiche sono riportate in apertura del Congresso e in collaborazione con la Federazione Nazionale degli Ordini dei Medici Chirurghi e Odontoiatri (FNOMCeO) dal Presidente di Amsi e Consigliere della Fondazione dell'Ordine dei Medici chirurghi e Odontoiatri di Roma e Membro della Commissione Salute Globale della FNOMCeO, Prof. Foad Aodi, che lancia l'istituzione della Unione Medica Euro-mediterranea UMEM - della quale Amsi e Uni-

ti per Unire sono i fondatori - che rappresenta una realtà che già assembla Federazioni, Associazioni, Istituzioni Sanitarie e Università di 35 Paesi Euro-Mediterranei. "Siamo fieri di proseguire il nostro lavoro a favore dell'integrazione che ha portato a realizzare oltre 500 convegni in 16 anni", dichiara in aula Aodi annunciando il nuovo esecutivo Amsi rieletto all'unanimità per il quarto mandato rafforzato da un'organigramma internazionale e inter-professionale che include più di 500 delegati regionali e nazionali, professionisti della Sanità (medici, Infermieri, fisioterapisti, odontoiatri, farmacisti, psicologi e podologi) provenienti da tutto il mondo che coordineranno e comporranno l'esecutivo e l'ufficio di presidenza strutturato come a seguire: Presidente Prof. Foad Aodi (Italo-palestinese); Vice Presidente Dr. Jamal Abo A. (italo-siriano); Portavoce Dr. Petre Mihai Baleanu (Romania); Tesoriere Dr. Francesco Bonelli (Italia); Segretario Generale Dr. Kami Paknegad (Iran); Vice Segretario Dr.ssa Bransite Maria (Moldavia); Coordinatore organizzativo Dr. Miguel Mario Marcoppido (Argentina) e Vice Coordinatore organizzativo Dr. Anthony Akubo (Nigeria). Tra le numerose Commissioni: Commissione Infermieri coordinata da Merhy Valijho, Commissione Fisioterapisti coordinata da Naserat Hakim, Commissione Farmacisti coordinata da Mansur Ahmad che compongono un ricco organigramma strutturato nei diversi dipartimenti. Il saluto dell'Ordine dei Medici e Odontoiatri di Roma

è portato dal suo Consigliere Dr. Ivo Pulcini che dichiara: "Abbiamo aperto le braccia ai nostri colleghi e fratelli stranieri, loro fanno altrettanto". Prima dello svolgimento del programma scientifico con l'erogazione di crediti ECM ai professionisti della sanità italiani e di origine straniera la parola è affidata al Dr. Sandro Camagna e al Dr. Antonio Forte che introducono l'azienda BTL Italia che conduce un lavoro costante a favore dell'internazionalizzazione dei prodotti sanitari e della cooperazione socio-sanitaria rafforzata dalla recente istituzione della B Accademy della quale il Prof. Aodi è stato nominato membro del comitato scientifico per intensificare la collaborazione congiunta a favore dell'aggiornamento professionale. Il Dr. Gianfranco Saturno, fisioterapista di Amsi e Uniti per Unire annuncia la nuova collaborazione di Amsi con la rivista medica italiana per una corretta informazione sulla Sanità a livello nazionale e internazionale. Il convegno è inoltre animato dall'Intervento del Dr. Fabio Massimo Abenavoli, Coordinatore del Dipartimento Cooperazione Internazionale di Uniti per Unire e Presidente dell'Ong Emergenza Sorrisi - Doctors for Smiling Children Onlus in diretta dal Senegal dove è in corso una nuova missione chirurgica salva vita condotta dai chirurghi di Emergenza Sorrisi in collaborazione con Amsi e UMEM: 5 medici volontari si trovano già a Dakar per curare e operare decine di bambini affetti da labio-plastici e malformazioni del volto. Segue lo svolgimento del

programma scientifico con gli interventi dei professionisti delle diverse specializzazioni e l'annuncio della prossima istituzione della Facoltà di Scienze di Riabilitazione e Fisioterapia Interdisciplinari presso l'Università Anglo Cattolica di Roma Uni San Paolo, della quale Aodi sarà Preside di Facoltà. A tal proposito Aodi dichiara: "Ci auguriamo di unire le forze con il contributo dei nostri medici e professionisti della Sanità per creare con Uni San Paolo una realtà accademica unica in Italia che sia un incentivo alla scienza e alla ricerca ma anche al dialogo e alla pace nel mondo attraverso la Sanità". L'evento è stato moderato dal giornalista Fabrizio Federici.

www.amsimed.org

AGGIORNAMENTO

MEDICO 3.0:

L'INFORMAZIONE SUGLI INTEGRATORI ALIMENTARI VIAGGERÀ SEMPRE PIÙ SUL WEB

Il bisogno crescente di informazioni sugli integratori alimentari impone alle aziende di sviluppare una comunicazione

multichannel che integri le piattaforme digitali alle fonti tradizionali di aggiornamento professionale.

Sempre più connessi attraverso tablet, smartphone ed il più tradizionale pc da scrivania, medici di famiglia e specialisti utilizzano Internet, oggi più di prima, per approfondire tematiche specifiche, inclusi gli integratori alimentari. Una tendenza in forte crescita secondo le previsioni di GfK Eurisko emerse dallo studio "Gli integratori alimentari: il ruolo del medico e la comunicazione digitale", condotto su un campione di 217 medici di famiglia e 456 specialisti, presentato al recente seminario FederSalus "Integratori alimentari: trend, prospettive di mercato e multicanalità".

Negli ultimi anni il web si è integrato sempre di più alle fonti più tradizionali di aggiornamento, il medico si aggiorna sugli integratori attraverso un mix ricco ed articolato di canali di comunicazione. Ai tradizionali incontri con gli ISF (utilizzati dall' 83% degli MMG e dal 67% degli specialisti), alle riviste mediche (36% dei MMG e 33% degli specialisti), alle riviste mediche (36% dei MMG e 33%

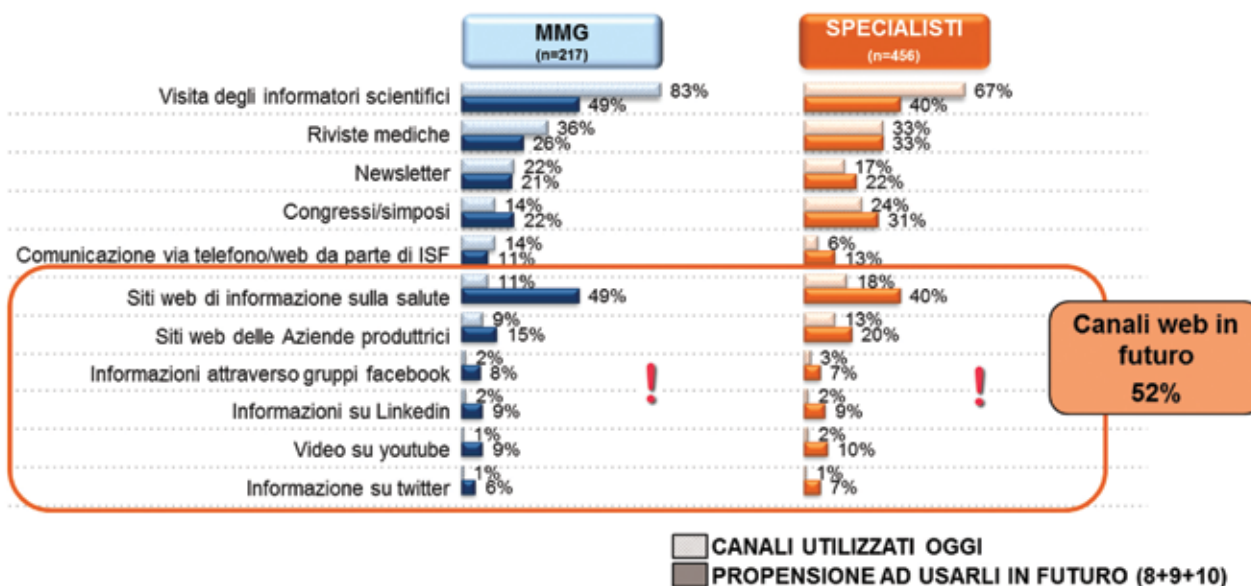
degli specialisti) e ai congressi e simposi nazionali ed internazionali (14% degli MMG e 24% degli specialisti), si affiancano strumenti digitali quali newsletter (22% degli MMG e 17% degli specialisti), siti aziendali (9% degli MMG e 13% degli specialisti) e di informazione sulla salute (11% degli MMG e 18% degli specialisti), social media quali facebook, LinkedIn, YouTube e Twitter.

Chi è FederSalus

FederSalus, Associazione Nazionale produttori e distributori di prodotti salutistici è l'associazione italiana rappresentativa del settore degli integratori alimentari. Fondata nel 1999, attualmente conta oltre 160 aziende associate. Attraverso la collaborazione con strutture di ricerca ed istituzioni nazionali ed europee, l'associazione si propone di sostenere le istanze del comparto e, al contempo, tutelare la salute del consumatore promuovendo la corretta informazione sui prodotti salutistici e la loro qualità e sicurezza. Per approfondimenti è disponibile il sito www.federsalus.it ♦

Tabella

Il channel mix oggi e in prospettiva del medico



Prossimamente su “Pianeta Salute”

Gli argomenti che ci segnalano i lettori sono veramente tanti e tutti di grande interesse: uno stimolo ai nostri esperti e a chiunque voglia inviarci contributi validi. Pianeta salute è “la Rivista che non c’era” anche per questo: un piano editoriale dinamico, frutto di una collaborazione strettissima fra chi legge e chi scrive.

Nei prossimi mesi parleremo quindi di tanti argomenti, fra i quali:

- *Acido ialuronico: trent’anni di impiego e un grande futuro davanti*
- *Il metodo RMP del Prof. Di Rocca*
- *Enzimopatie secondarie: il fattore unificante in Medicina*
- *Le pietre nere che purificano: Shungite*
- *Il metodo Tomatis e la Rieducazione Sonico-Vibrazionale*
- *Dolore e Donna*
- *Alcol e cefalee*
- *Il cancro del “fettone” dei cavalli*
- *Le basi molecolari del Cancro*
- *Etnomedicina russa*
- *Peter Gariaev e il DNA fantasma*
- *PSO.HEL.L insieme, contro la psoriasi*
- *Intossicazione da metalli pesanti: tutti i metodi per intervenire*
- *Il progetto “tabula rasa”: come eliminare i farmaci inutili nelle cefalee di lunga data*
- *Dieta del Mediterraneo: patrimonio immateriale dell’Umanità*
- *Storia di una Scuola professionale di eccellenza italiana nel mondo*
- *Glutine: facciamo chiarezza*
- *Allergie da Nichel: le colpe delle monete da 1 e 2 euro*
- *Terme italiane, un modello per il mondo*
- *Organismi Geneticamente Modificati: le verità nascoste*
- *Gli ulivi del Salento: battaglia vinta dalla Ricerca italiana*
- *Metodi alternativi alla sperimentazione animale: le ricerche in organo-coltura*
- *Il Ciclismo: un laboratorio di Fisiologia umana*
- *Inquinamento elettromagnetico: come proteggerci*
- *Lievito-madre e grani antichi: la storia del Pane*
- *Antiossidanti: lo scudo interno contro invecchiamento e malattie degenerative*
- *Informatore Scientifico del Benessere: una nuova Professione*
- *“Una mela al giorno...”: i tesori racchiusi nella buccia delle mele*
- *I doni dell’alveare: miele, polline e pappa reale*
- *La cassetta del pronto soccorso domestico*
- *Memoria dell’Acqua*
- *Omeopatia*
- *Osteopatia animale*
- *Omotossicologia*
- *Luppolo, Silicio e prevenzione dell’Osteoporosi: Birra, bevanda al femminile*
- *Biorisonanza e Bioelettromagnetismo: quando la Fisica precede la Medicina*
- *I dieci minuti che salvano la vita: riconoscere le emergenze*

PRIMAVISIONE

TUTTO IL CINEMA NEL PALMO DELLA TUA MANO



/PRIMAVISIONEMAGAZINE



**PRIMA VISIONE, LA FREE PRESS DI CINEMA CHE PORTA IL CINEMA DIRETTAMENTE NEL PALMO DELLA TUA MANO.
GRAZIE ALLA NOSTRA DISTRIBUZIONE CARTACEA NELLE CITTÀ DI MILANO E ROMA E ALLA NOSTRA PRESENZA SUI SOCIAL
RAGGIUNGIAMO OGNI MESE MILIONI DI APPASSIONATI DI CINEMA E NON.
INFO: AEMMEGEM@FASTWEBNET.IT**

#meglioilmeglio

Se è fatto solo con **latte appena munto delle zone d'origine**, è meglio.
Se **non ha additivi né conservanti**, è meglio. Se **può stagionare a lungo**,
è meglio. **Parmigiano Reggiano. #meglioilmeglio**



**PARMIGIANO
REGGIANO**

#meglioilmeglio

www.parmigianoreggiano.it

[/parmigianoreggiano](https://www.facebook.com/parmigianoreggiano)

[@theonlyparmesan](https://twitter.com/theonlyparmesan)

[#ParmigianoReggiano](https://www.instagram.com/ParmigianoReggiano)

[theonlyparmesan](https://www.pinterest.com/theonlyparmesan)