

# ND

MENSILE DI  
MEDICINA, SALUTE,  
ALIMENTAZIONE,  
BENESSERE,  
BELLEZZA  
TURISMO  
E CULTURA

**Natura docet: la Natura insegna**



**DUBAI**

**L'aeroporto più grande  
del mondo**

**IONITERAPIA TISSUTALE**

**Ricarica vitale**

**COSMOLOGIA**

**C'è altra vita nell'universo?**

# **Vincenzo Latini**

## **Una vita per gli anziani**

# R.S.A.

## Residenze Sanitarie Assistenziali



*Amore e professionalità per anziani e fragili*



**Gruppo Soratte Due Srl**

Sede legale C.so Umberto I, 22 - 00068 Rignano Flaminio (RM)

Sede operativa Via Salaria, 1/a - 02015 Santa Rufina di Cittaducale (RI)

[www.rsaitalia.com](http://www.rsaitalia.com)

## Anziani e Società

*Commosso saluto a Vincenzo Latini*

Massimo  
Enrico  
Radaelli,  
Direttore  
scientifico ND

“Questo è il nostro errore:  
vediamo la morte davanti a noi,  
mentre gran parte di essa è già alle nostre spalle:  
appartiene alla morte la vita passata”.

Lucius Annaeus Seneca (4 a.C.- 65 d.C.)

*Quando, negli anni ormai lontani dei miei studi classici, durante un “compito in classe”, come allora si chiamavano le verifiche, mi capitò di tradurre dal Latino il testo del grande filosofo romano che conteneva questa frase, ricordo una contrastante reazione dentro di me, mista tra meraviglia e rifiuto. Non era giusto e insieme era però assolutamente vero, che passato e morte si appartenessero... Giunsi così ad una mia soluzione dirimente: che il tempo stesso fosse qualcosa di discriminante tra la gran massa dell’umanità e le persone geniali, quelle che lasciano qualcosa di importante, alla fine della vita. Ho incontrato il Dottor Vincenzo Latini solo telefonicamente, diverse volte, ricordandone ora il timbro caldo e amichevole della voce e la saggezza semplice e acuta delle sue riflessioni, quando si parlava di strategie per la Terza Età, di ruolo sociale dei nonni, di creatività degli anziani, di possibilità di contrastare patologie neurodegenerative attraverso la multisensorialità, di importanza dei giovani nelle Rsa, di costante attenzione alla Formazione. (Vincenzo Latini era Consigliere nazionale Anaste e Presidente per la Provincia di Rieti di questa Associazione, a cui era legatissimo). Si era da poco usciti dall’emergenza pandemica che, grazie alla professionalità di tutti, era passata quasi senza danno nelle strutture da lui dirette. Ora, dopo aver letto la sua biografia nell’articolo scritto dal figlio, Dottor Alessandro, e dalla moglie, Dottoressa Gianina Zurca, mi sembra di conoscere quel grandissimo uomo da sempre. Una esistenza, la sua, che trova contrastanti espressioni geometriche: “rettangolare”, perché non ha avuto declino, lavorando fino all’ultimo giorno, ma “circolare” nelle emozioni, quando, ottantenne, acquistò un campo per ospitare la transumanza di greggi e pastori, che da bambino aveva acceso la sua fantasia. Latini ha dedicato la vita agli anziani, da medico, da imprenditore, da illuminato organizzatore, lasciando ben più delle due strutture realizzate a Rieti: lasciando un metodo di lavoro. La certezza è che che questo metodo, fondato sulla dignità dell’anziano, sulla pianificazione delle strategie, sul ruolo dei giovani nelle strutture per anziani e sulla loro costante formazione, continuerà a dare frutti, lungo la via di pensiero e di prassi aperta da questa geniale figura.*

- 3 Editoriale
- 6 **Vincenzo Latini**  
Una vita per gli anziani
- 14 **Verso il futuro: a Dubai**  
l'aeroporto più grande del mondo
- 24 La "febbre" del labbro
- 28 Sicurezza dei prodotti
- 30 Le proprietà dell'ippocastano
- 32 Ricaricarsi con gli ioni
- 36 Acqua e salute
- 40 Le aziende informano



pag. 6

**Vincenzo Latini**  
**Una vita per gli anziani**

- 42 **C'è altra vita nell'universo?**
- 48 **Arte e ispirazione**
- 50 **Capo d'Orlando, tra storia e mito**
- 56 **Messaggi in bottiglia**
- 60 **Disposizioni di conformità: perché no il dentista?**
- 62 **Consigli per la lettura**
- 64 **Pianeta il Font**
- 66 **Prossimamente**

**ND**  
Natura docet: la Natura insegna

Medicina, Salute, Alimentazione, Benessere, Turismo e Cultura

Anno 4 - N° 10 - Ottobre 2023  
Autorizzazione di Tribunale di Verona n.2133 del 14/02/2020

**Sede legale:**

A.Na.M. - Via Caprera, 1 - 37126 Verona (VR)

**Direzione scientifica e redazione:**

Strada della Lodesana 649 SX - 43036 Fidenza (PR)

**Direttore scientifico:**

Massimo Enrico Radaelli [radamass1@gmail.com](mailto:radamass1@gmail.com)

**Direttore responsabile:**

Gianluigi Pagano [paganoprom@hotmail.com](mailto:paganoprom@hotmail.com)

**Direttore editoriale:**

Giovanni Battista Colombo [gianbattista.colombo@libero.it](mailto:gianbattista.colombo@libero.it)

**Direttore amministrativo:**

Rosalba Lofrano [rosalba.lofrano@gmail.com](mailto:rosalba.lofrano@gmail.com)

**Direttore commerciale:**

Marcello Lofrano [marcello.lofrano@icloud.com](mailto:marcello.lofrano@icloud.com)

**Editing Manager:**

Halyna Korniyenko [halykor@gmail.com](mailto:halykor@gmail.com)

**Art Director:**

Vito Muioli [vitomuioli@icloud.com](mailto:vitomuioli@icloud.com)

**Segreteria di Redazione:**

Alisée Maksimovna Radaelli, Manuel Lofrano

**Osservatorio internazionale:**

- Africa: Martin Obioha
- Argentina: Santiago Spadafora
- Azerbaijan: Tural Mammadov
- Brasile: Patricia Urquiza Lundgren, Spartaco Bolognini
- Cina: Giovanni Cubeddu
- Federazione russa: Ksenia Dedova
- Giappone: Hiroshi Kazui
- Israele: Moshe Jean
- Kazakhstan, Kirgizstan: Anara Bayanova
- Marocco: Miriem Dasser
- Moldova: Tatiana Cojocaru
- Paesi balcanici: Olja Turanjanin
- Paesi scandinavi: Simona Aramini
- Romania: Bianca Constantin
- Spagna: José Miguel Lainez
- Sudafrica: Antonio Pappalardo
- Sud Est Asiatico: Adriano Ciocca
- Tunisia: Wael Toumi
- Ucraina: Nataliya Dyachyk
- Uruguay: Federico Dajas

**Stampa:**

Tipografia Quetti  
25040 Artogne (Bs)

*Eventuali detentori di copywriting sulle immagini ai quali non siamo riusciti a risalire, sono invitati a mettersi in contatto con [amministrazione@saintgeorge.it](mailto:amministrazione@saintgeorge.it). 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.*

**Presidente**

**Giuseppe Nappi** (Pavia-Roma)

**Coordinamento**

**Massimo Enrico Radaelli** (Parma)

**Adamanti Simonetta** (Parma): Anestesia e Terapia del Dolore  
**Aksić Ranko** (Sarajevo-Bosnia Erzegovina): Rapporti istituzionali area balcanica  
**Albertazzi Agostino** (Piacenza): Efficiamento energetico ed energie rinnovabili  
**Amadesi Claudia** (Lecco): Arti figurative  
**Bacchi Paolo** (Pavia): Medicina del Lavoro  
**Baldacchini Marcello** (Brescia): Biofisica  
**Barbarezze Alessandro** (Parma): Medicina Generale  
**Barbieri Antonio** (Parma): Andrologia  
**Bartalini Mariella** (Parma): Associazioni animaliste  
**Battilocchi Paola** (Parma): Pediatria  
**Battistoni Marco** (Macerata): Odontoiatria Integrata  
**Bayanova Anara** (Almaty - Kazakhstan): Moda e Design  
**Beghini Dante** (Parma): Odontostomatologia  
**Bigliardi Silvia** (Parma): Fotografia  
**Bodriti Sergio** (Alessandria): Psicosomatica veterinaria  
**Boldrocchi Gianluca** (Parma): Geriatria e Gerontologia  
**Bonfanti Alessandro** (Parma): Automedicazione  
**Bonanomi Cristian** (Lecco): Economia  
**Bontempo Giuseppe Manolo** (Parma): Cottura dei cibi  
**Borri Maurizio** (Perugia): Psicologia e Musicoterapia  
**Cadonici Luigi** (Parma): Strategie del Turismo  
**Cadonici Paola** (Parma): Psicoterapia e Logopedia  
**Caligiuri Luigi Maximilian** (Cosenza): Fisica quantistica  
**Capurso Sebastiano** (Roma): Residenze per anziani  
**Carraro Renato** (Padova): Dispositivi medici  
**Cassina Igor** (Milano): Scienze motorie  
**Ceriello Cristiano** (Napoli): Diritti animali  
**Cherchi Enrico** (Macerata): Cibo e Turismo  
**Cipriani Renato** (Verona): Biologia delle alghe  
**Claut Vito** (Pordenone): Associazioni di consumatori  
**Cogo Roberto** (Milano): Riabilitazione cardiorespiratoria  
**Colombo Andrea** (Milano): Aritmologia  
**Colombo Giovanni Battista** (Milano): Mercato farmaceutico  
**Columbro Marco** (Milano): Cultura e Spettacolo  
**Core Gianni** (Savona): Osteopatia  
**Dacò Maurizio** (Pavia): Medicina generale  
**Dalsass Erica** (Varese): Risanamento ambientale  
**De Bortoli Valentino** (Rimini): Turismo e Ospitalità alberghiera  
**Dedova Ksenia** (Roma): Dermatologia e Medicina estetica  
**De Fino Marcello** (Catania): Scienze veterinarie  
**de Matteo Stefania** (Roma): Bioinformazione e Bioelettroneurologia  
**Di Fede Angelo Maria** (Parma): Allergologia e Immunologia  
**Di Loreto Vincenzo** (Milano): Tecnologie degli alimenti  
**Di Vito Angelo** (Milano): Masso-Idroterapia  
**Ditzler Hans Peter** (Montevideo, Uruguay): Arte  
**Doepf Manfred** (Abtwil-Gaiserswald, Switzerland): Enzimologia biodinamica

**Evtusenco Olga** (Rovigo): Magnetoterapia  
**Fantozzi Fabio** (Roma): Chirurgia estetica  
**Farina Luca** (Pavia): Comunicazione nel web  
**Favarin Francesco** (Padova): Trattamento acque e contrasto alla Legionella  
**Ferrari Paolo** (Parma): Medicina dello Sport  
**Ferretti Stefania** (Parma): Urologia  
**Foad Aodi** (Roma): Professionisti di origine straniera in Italia e Salute globale  
**Fraschini Andrea** (Varese): Infezioni ospedaliere  
**Franzè Angelo** (Roma): Gastroenterologia  
**Fritelli Filippo** (Parma): Politiche territoriali  
**Gaddi Antonio Vittorino** (Bologna): Telemedicina  
**Gallingani Giuseppe** (Reggio Emilia): Scenari di mercato internazionale  
**Gandini Renato** (Milano): Medicina moderna  
**Gastaldi Luciano** (Cuneo): Fisica quantistica agronomica  
**Gerace Pasquale** (Parma): Angiologia  
**Gianfrancesco Giuseppe** (Bologna): Medicina olistica  
**Grassi Gianfranco** (Milano): Ingegneria olistica e Psicologia  
**Gregori Giusva** (Roma): Osteopatia animale  
**Gregori Loretta** (Parma): Scienze naturali  
**Grimaldi Erich** (Napoli): Giurisprudenza  
**Grossi Adriano** (Parma): Pedagogia  
**Gualerzi Massimo** (Parma): Cardiologia  
**Guerrini Gian Luca** (Milano): Innovazione industriale  
**Guidi Antonio** (Roma): Politiche legate ai diversamente abili  
**Guidi Francesco** (Roma): Medicina estetica  
**"HeLLeR"** (Milano): Associazioni di pazienti (Psoriasi)  
**Korniyenko Halyna** (Parma): Etnomedicina  
**La Manna Antonino** (Brescia): Microbiologia applicata  
**Lamping Martina Carmen** (Treviso): Heilpraktiker  
**Latshev Oleg Yurevich** (Mosca, Russia): Storia naturale  
**Lisi Rodolfo** (Roma): Traumatologia sportiva  
**Lista Anna** (Parma): Nutrizione  
**Lista Vincenzo** (Pavia): Amministrazione  
**Loconte Valentina** (Parma): Chirurgia plastica, ricostruttiva ed estetica  
**Lofrano Marcello** (Brescia): Formazione professionale  
**Lombardo Claudio** (Bolzano): Scienze e tecniche psicologiche  
**Lotti Torello** (Firenze): Dermatologia e Venereologia  
**Luisetto Mauro** (Piacenza): Nutraceutica  
**Magaraggia Anna** (Vicenza): Naturopatia e Riequilibrio Somato-Emozionale  
**Maierà Giuseppe** (Milano): Vulnologia  
**Manni Raffaele** (Pavia): Disturbi del sonno  
**Mantovani Mauro** (Milano): Biochimica sperimentale  
**Marchesi Gianfranco** (Parma): Neuropsichiatria  
**Martinelli Mario** (Varese): Terapia fisica vascolare  
**Marvisi Maurizio** (Parma): Pneumologia

**Merighi Lara** (Ferrara): Alleanza Cefalalgici  
**Messina Lorenzo** (Roma): Oftalmologia  
**Miati Maurizio** (Parma): Diritti dei Lavoratori  
**Micoli Giuseppina** (Pavia): Misure ambientali e tossicologiche  
**Militello Andrea** (Roma): Anti-aging andrologico  
**Mongiardo Salvatore** (Crotone): Filosofia  
**Moneta Angela** (Pavia): Medicina di Genere  
**Mori Luigi** (Piacenza): Igiene intestinale  
**Morini Emanuela** (Parma): Scienze pedagogiche  
**Nin Federica** (Milano): Antispecismo e Bioetica  
**Pacchetti Claudio** (Pavia): Parkinson  
**Paduano Guido** (Lecco): Tecnologie transdermiche  
**Pagani Monica** (Ferrara): Microscopia in campo oscuro  
**Pagliara Claudio** (Brindisi): Medicina olistica  
**Pellegrini Davide** (Parma): Letteratura e Poesia  
**Penco Susanna** (Genova): Metodi alternativi alla sperimentazione animale  
**Piccinini Chiara** (Modena): Audio Psico Fonologia  
**Pigatto Paolo** (Milano): Dermatologia  
**Pilato Lorenzo** (Parma): Informatica turistica  
**Plebani Massimo** (Lecco): Inquinamento planetario  
**Po Ruggero** (Roma): Comunicazione  
**Pradal Valerio** (Venezia): Filatelia  
**Pucci Ennio** (Pavia): Neurologia  
**Radaelli Lorenzo Federico** (Parma): Studenti e Università  
**Revelli Luca** (Roma): Chirurgia endocrina e vascolare  
**Ricci Giorgio** (Forlì-Cesena): Turismo sanitario  
**Roncagli Emanuele** (Bergamo): Turismo  
**Saidbegov Dzhahaludin G.** (Roma): Riposizionamento vertebrale e articolare non invasivo  
**Saito Yukako** (Tokyo, Giappone): Scienze olistiche Naturopatia  
**Satragno Danila** (Milano): Arte, Musica e Spettacolo  
**Savini Andrea** (Milano): Naturopatia  
**Scaglione Francesco** (Milano): Farmacologia  
**Schiff Laura** (Bologna): Verde urbano e pianificazione territoriale  
**Segalera Gianluigi** (Genova): Semantica ed Ontologia; Filosofia ed Etica animalista  
**Serraino Angela** (Reggio Calabria): Massaggio sportivo  
**Spaggiari Piergiorgio** (Milano): Medicina quantistica  
**Spagnolo Stefano** (Lecce): Biologia agroalimentare  
**Spatini Massimo** (Parma): Medicina funzionale  
**Tarro Giulio** (Napoli): Virologia  
**Trecroci Umberto** (Forlì/Cesena): Nutrizione integrata  
**Truzzi Claudio** (Milano): Sicurezza alimentare  
**Turanjanin Olja** (Fojnica-Bosnia Erzegovina): Idroterapia termale  
**Turazza Gloria** (Mantova): Biomeccanica del piede  
**Valentini Marco** (Forlì): Sindromi fibromialgiche  
**Varrasi Giustino** (Roma): Medicina del Dolore  
**Vento Maurizio Giuseppe** (Parma): Otorinolaringoiatria  
**Vicariotto Franco** (Milano): Medicina della Donna  
**Viscovo Rita** (Milano): Medicina rigenerativa e Tricologia  
**Zanasi Alessandro** (Bologna): Idrologia medica  
**Zurca Gianina** (Rieti): Scienze sociali

*Il ruolo sociale delle Rsa*

# Vincenzo Latini

## Una vita per gli anziani



**Gianina Zurca,**  
Assistente sociale specialista,  
Rsa S. Rufina e Città di Rieti,  
Comitato scientifico di ND

Quando scompare una persona che ha rivestito un ruolo pubblico, le celebrazioni in memoria hanno in genere quasi l'amaro sapore del "dovuto": non è certamente questo che ci ha animato per ricordare il Dottor Vincenzo Latini, a pochi giorni dalla sua scomparsa. Questo breve articolo intende riassumerne la vita, i traguardi raggiunti, le realizzazioni, gli insegnamenti, perché si nasce nudi e nudi si torna alla terra: restano solo le opere a distinguere i Grandi.

E grande, Vincenzo Latini, è stato.

Colpito esattamente a metà della sua vita da ipovedenza culminata in cecità, ha saputo trasformare un problema che avrebbe annientato molti nella grande opportunità di tramutare il buio in costante occasione di ricerca della luce

interiore, quella che consente di "vedere" anche al di là del tempo, quasi "divinando" scenari e situazioni nascoste alla gente comune.

Il Dottor Latini, quindi, già amato Medico Condotta, abituato al contatto con i problemi della sua gente, ebbe come una visione, uno squarcio del velo temporale verso il futuro, quando si immaginò anziano tra anziani e decise di impegnare tutte le sue energie in un programma sociale di Residenze assistite per la Terza Età, che ha avuto modo di vedere realizzato in due concreti esempi, pur tra mille difficoltà.

Se Colui che concede il tempo ad ogni vita gliene avesse donato ancora un po', certamente avremmo visto ulteriormente all'opera l'illu-



**Alessandro Latini,**  
MD, Rsa S. Rufina e Città di Rieti



minata intelligenza creativa di un Uomo che ha saputo realizzare e chiudere operativamente un cerchio virtuoso tra anziani ospiti e giovani professionisti, nelle strutture realizzate.

Vincenzo Latini amava la vita, la Natura, i suoi profumi, i suoi colori che ormai vedeva, ancora forse più vivi, con gli occhi della memoria e della immaginazione, spegnendosi mentre sorgeva il sole di fine estate su un altro giorno. Una perfetta esistenza “rettangolare”, senza una fase calante, avendo lavorato fino a poche ore prima, nonostante la malattia, affrontata sempre serenamente e con forza. Cosa ci attenda dopo la vita nessuno può saperlo, se non quale atto di fede, ciò che è certo e che la Luce che era mancata ai suoi occhi risplende ora in tutte le sue opere.

Quanto segue è una sintetica biografia di Vincenzo Latini, dedicata ai giovani, attivi nelle strutture da lui create al servizio di anziani e fragili, perché anche dopo la sua scomparsa possano avere nel ricordo della sua vita un punto costante di riferimento, un paradigma di pensiero e azione, una voce amica che parli alle loro anime, nel silenzio della memoria.

## BAMBINO TRA LE MONTAGNE

Vincenzo Latini vide la luce a Roma ma passò la sua infanzia felice a Senarica di Crognaleto, borgo incastonato all'interno di uno scenario naturalistico e paesaggistico, tra pascoli e boschi, dominati dal maestoso Massiccio del Gran Sasso, nell'alta valle del Vomano, attraversata dalla Via Cecilia, tra il Monte Corvo e il Gorzano.

Vincenzo, da piccolo, andava insieme al nonno, da cui aveva preso il nome, e al padre Giocondino, a “fare la transumanza”, pratica millenaria consistente nel seguire la migrazione stagionale di greggi e pastori, dai pascoli montani verso quelli di pianura, in autunno, e viceversa in primavera, percorrendo sentieri naturali, i “tratturi”.

Come non ricordare i versi di Gabriele D'Annunzio?

### *I pastori*

*Settembre, andiamo. È tempo di migrare.  
Ora in terra d'Abruzzi i miei pastori  
lascian gli stazzi e vanno verso il mare:*

*scendono all'Adriatico selvaggio  
che verde è come i pascoli dei monti.  
Han bevuto profondamente ai fonti  
alpestri, che sapor d'acqua natia  
rimanga ne' cuori esuli a conforto,  
che lungo illuda la lor sete in via.  
Rinnovato hanno verga d'avellano.  
E vanno pel tratturo antico al piano,  
quasi per un erbal fiume silente,  
su le vestigia degli antichi padri.  
O voce di colui che primamente  
conosce il tremolar della marina!  
Ora lung'h'esso il litoral cammina  
La greggia. Senza mutamento è l'aria.  
Il sole imbionda sì la viva lana  
che quasi dalla sabbia non divaria.  
Ischiacquo, calpestio, dolci romori.  
Ah perché non son io cò miei pastori?*



Accompagnare negli anni infantili questo duro e lieto lavoro, certamente contribuì a plasmare il carattere ed il temperamento di Vincenzo, il suo essere al mondo, il suo confrontarsi con le avversità, il suo “prendersi cura” (concetto ben distinto dal “curare”), la sua capacità di allevare, gestire terreni, risorse idriche, il suo modo di affrontare i pericoli della natura conoscendo il territorio nei minimi dettagli, nel costante rispetto verso l'essere umano.

Prima di morire comprò un terreno: voleva farci pascolare greggi di pecore e pastori, forse anche per rivivere un po' degli anni felici dell'infanzia, mentre la sabbia della sua clessidra si esauriva.

Anche la natura incontaminata di questi luoghi contribuì certamente a formare il suo carattere ed il suo senso estetico. La sua fierezza derivò invece, molto probabilmente, dalla storia di

quell'affascinante borgo abruzzese, cui è legata quella che alcuni considerano leggenda, ma verosimilmente gravida di un fondo di verità... Parliamo della "Repubblica di Senarica", alleata e "sorella minore" di Venezia, che per quasi cinque secoli si sarebbe retta come Repubblica indipendente, che eleggeva i suoi Dogi. La prova storica risiede in alcune antiche carte, dove si legge "R. di Senarica", dicitura che compare anche incisa negli stipiti di arenaria di alcuni edifici antichi. Con buona pace di "storici" impegnati a difendere il mito di un'Italia una e indivisibile, nella cui narrazione evidentemente stona la presenza di stati "preunitari"... Ciò che è assai probabile è che l'innata, carismatica "autoritas" di Vincenzo Latini, in tutte le sue espressioni professionali ed imprenditoriali, potrebbe essere derivata da elaborazioni di questa storia antica nella fantasia creativa di un bambino iperattivo ed intelligente, che forse si sognava "piccolo Doge"...I ricordi di quegli anni felici e spensierati rimasero impressi in Vincenzo, che amava ricordare l'origine del nome del borgo (Crognaleto, dal termine dialettale "crognale", che indica il corniolo, pianta dalle bacche rosse che cresce spontanea su quelle montagne) e che spesso citava le passeggiate a Prati di Tivo, località distante una trentina di chilometri, nel borgo di Pietra Camela, oggi paradiso di sport



Pietro Valdoni

invernali ma da sempre magico luogo per passeggiate tra i boschi, anche in cerca di funghi, nello splendore di colori autunnali che colpiscono la fantasia di Vincenzo bambino. Vividi e quasi moltiplicati nella sua memoria anziana di non vedente, nei magici momenti sereni in cui si riposava suonando l'amata armonica

### IL PERCORSO DI STUDI

Latini tornò nella Capiate per seguire elementari e medie alla Scuola dei frati Salesiani, e anche questo influì profondamente sulla sua formazione: il fondatore dei Salesiani, San Giovanni Bosco, canonizzato nel 1934 da Papa XI, aveva dedicato la vita alla nascita di luoghi dove si potessero formare "onesti cittadini e buoni cristiani", attraverso i tre pilastri della religione, della ragione e, soprattutto, dell'amore verso umili e deboli. Vincenzo effettuò gli studi superiori presso un liceo classico, ponendo importanti basi umanistiche al successivo percorso universitario presso la Facoltà di Medicina e Chirurgia della Università degli Studi "La Sapienza", dove si laureò il 29 novembre 1969, col massimo dei voti e la lode, discutendo una tesi sul "Carcinoma indifferenziato del Polmone", relatore il Prof. Pietro Valdoni, indiscusso caposcuola della moderna Chirurgia nazionale, amato e rispettato Maestro di Vincenzo Latini.





Valdoni lasciò il segno, profondo, in tutti i suoi allievi, indicando un metodo di apprendimento e lavoro rigoroso e preciso, anche sul piano organizzativo: sua fu la concezione “dipartimentale” ed “interdipartimentale” della chirurgia, quale lavoro di équipe, non di soli chirurghi, integrando nella stessa struttura, l’attività di chirurghi, anestesisti, radiologi e laboratoristi, sempre in contatto operativo con internisti, e specialisti di tutte le discipline, attraverso seminari periodici, finalizzati allo scambio regolare di informazioni cliniche e aggiornamenti scientifici, attribuendo a singoli allievi, compiti specifici. Mutatis mutandis, esattamente il comportamento operativo di Vincenzo Latini nelle strutture che avrebbe in seguito fondato e diretto, facendo proprio il più noto aforisma del Maestro: *“Nessuno può darmi ombra; solo i miei allievi potranno superarmi”*. Nessun successo, peraltro, si ottiene senza sacrificio: le ore del mattino si dice che abbiano l’oro in bocca, e così, come il Maestro, anche Vincenzo stimolava chi gli era vicino ad alzarsi presto, a non impigrirsi mai, perché (altra frase di Valdoni, mutuata dal discepolo), *“Quanto più un cavallo è di razza, tanto più è necessario che senta il morso...”*.

## IL PERCORSO PROFESSIONALE

Nessuno può dire quale sarebbe stata la carriera universitaria e ospedaliera di uno dei più brillanti allievi del grande Valdoni, Latini optò

infatti per una scelta molto diversa, accettando di diventare Medico condotto e dedicandosi ad una attività che oggi molti rimpiangono, di autentico “umanesimo medico”. Nel nostro Paese questa figura professionale corrispondeva ad un medico, dipendente del comune, che principalmente forniva assistenza sanitaria gratuita ai poveri e, dietro pagamento di compensi stabiliti da un tariffario, anche agli altri cittadini. Questa figura fu sostituita, ai sensi della legge 23 dicembre 1978 n. 833, dal Medico di famiglia, ma la “poesia” del medico condotto, insieme alla figura del Farmacista e del Maestro di scuola, rimase incisa nella memoria di intere generazioni. Figure paragonabili a quella dei medici condotti risalgono a Roma antica: l’imperatore Antonino Pio volle che in ogni città dell’Impero Romano operassero “archiatri popolari”, da cinque a dieci, in funzione della popolazione (Roma ne aveva quattordici, uno per ogni distretto): si trattava di medici eletti dai cittadini e retribuiti dalla città, incaricati di curare i poveri. Dal XIII secolo i comuni avevano contratti con medici stipendiati per occuparsi degli indigenti: da qui nasce il termine di “condotta”: questi contratti erano infatti chiamati “di condotta”, parola derivante dal verbo “condurre”, col significato di “prendere in locazione” una cosa o anche il lavoro di qualcuno, stipenziarlo. Il medico condotto era tenuto a risiedere nel comune dove operava e ad erogare assistenza ventiquat-





tro ore al giorno, a chi ne avesse bisogno, indipendentemente dalla classe sociale.

Vincenzo Latini fu medico condotto a Rignano Flaminio e zone limitrofe: quando si andava sull'argomento del perché di questa scelta, dopo una attimo di silenzioso sorriso, risponde-

va immancabilmente che aveva ritenuto suo dovere fare del bene, e infatti tutti i suoi pazienti lo amavano. Anche per questo fu insignito della onorificenza di Cavaliere della Repubblica, il 2 giugno 1984.

In seguito esperienze professionali diversificate



(ebbe uno studio dentistico e anche un centro di medicina estetica a Roma) servirono al Dott. Latini per maturare la necessaria esperienza manageriale che avrebbe portato all'inizio del nuovo millennio alla prima Rsa da lui gestita, a Rignano, coronando quella che non può essere definita altrimenti che "vocazione": un nuovo atteggiamento verso la vecchiaia, la sua dignità, il suo diritto alla bellezza, di cui Latini parlò spesso in interventi televisivi e attraverso il mensile di informazione e cultura "Il Sorattino", da lui diretto per dieci anni, fino al 2014. Intanto, dal 2005, era diventato membro effettivo di ANASTE (Associazione Nazionale Strutture Terza Età), di cui al momento della scomparsa era Consigliere nazionale e Presidente provinciale. Il resto è storia recente: rispettivamente nel 2015 e nel 2019, aveva fondato le due strutture reatine "Santa Rufna" e "Città di Rieti", tra le poche uscite indenni dal periodo pandemico, grazie alla lungimiranza dell'équipe del Dott. Latini nell'affrontare i grandi temi della disinfezione ambientale della formazione professionale specifica dei dipendenti.

### VINCENZO LATINI UOMO

Rigore e competenza professionale e manageriale non impedirono al Dott. Latini di seguire autentiche passioni: anche per manifestare vicinanza ai propri dipendenti, era diventato Presidente della squadra di calcio "ASD RSA Città di Rieti", maschile e femminile, con la grande soddisfazione, il 27 maggio 2022, del trionfo della squadra maschile nella finalissima del torneo provinciale.

D'Annunzio definì l'autunno "primavera dissepolta": vale anche per le età della vita dell'uomo... Vincenzo Latini non ha conosciuto l'inverno, il suo intenso percorso si è fermato, in una mattina d'estate, all'autunno della vita... E certamente quando percorreva la sua amata vigna, nei giorni della vendemmia, pur non percependone altro che profumo e suoni del vento tra le foglie, ed esperienze tattili, dei grappoli e degli acini nelle mani, il suo ricordo andava ai colori della primavera, al fuoco dei mesi estivi, al rosso delle foglie di vite prima di cadere ai primi geli.

Chi gli è stato vicino, nel lavoro e in famiglia, ha ricevuto grandissimi insegnamenti dal Dott. Latini, in termini non solo professionali e di lungimiranza imprenditoriale: il suo atteggiamento di amore verso la vita, verso la natura e verso tutte le sue creature, resterà per sempre impresso nella nostra anima, quando un fruscio del vento tra le fronde del giardino, nelle strutture da lui tanto volute, ci sembrerà parlare con la sua voce.



**INTERVISTA AL DOTT. VINCENZO LATINI (ND 05 2020)**

Ci piace chiudere questo articolo elaborato in memoria del Dottor Latini, riportando integralmente una sua intervista, pubblicata su questo mensile, tre anni fa: una concreta testimonianza per gli anni a venire da parte di una mente illuminata e consapevole.

**Dott. Latini, nel suo articolo “L’evoluzione delle residenze assistenziali nel Lazio (RSA)”, pubblicato nel numero n. 1 della rivista scientifica “Pianeta Medicina e Salute (Luglio-Agosto 2017), Lei concludeva con la frase “...l’allungamento della vita, l’aumento della cronicità della popolazione anziana è un processo innegabile, inarrestabile e sempre più in futuro tutte le Istituzioni dovranno fronteggiare questo fenomeno; le Rsa faranno la loro parte importante ed integrante in questo processo, le Istituzioni saranno capaci e competenti di coglierne il significato?”.**

**Oggi Lei pensa che le Istituzioni abbiano colto a pieno il valore delle RSA?**

*A giudicare da quanto è successo in Italia, a seguito dell’epidemia del Covid-19 che ha seminato morti in un gran numero di RSA, si direbbe che ancora una volta le Istituzioni non hanno appreso a pieno il valore di queste Strutture e la loro funzione sul territorio ed il triste primato dei decessi registrato in queste strutture non è da imputare soltanto alla violenza e la rapidità con cui l’epidemia è scoppiata in Italia, una violenza come uno Tsunami che ha colto tutti impreparati.*

**Come sono considerate le RSA in Italia e quale la loro funzione?**

*Le RSA sono nate in Europa e in tutti Paesi avanzati come evoluzione degli antichi ospizi e delle case di ricovero; in Italia sono state istituite oltre 30 anni fa come strutture di eccellenza specializzate nel ricovero e trattamento di anziani e malati e hanno svolto la loro funzione riqualificando l’assistenza all’anziano, valorizzando l’aspetto sociale e ridando dignità all’anziano malato. Nei decenni successivi le Regioni hanno sempre più inquinato e travisato questa loro funzione; oggi la maggior parte delle strutture in molte Regioni sono state considerate sempre più come contenitori passivi per svuotare gli ospedali di malati cronici, con il duplice vantaggio di conseguire anche un grande risparmio economico, considerate le rette bassissime pagate dalla Regione.*

**La forza dell’attuale epidemia che stiamo vivendo ha dilagato ovunque, perforando i Sistemi Sanitari di tutte le Nazioni; anche in Italia si sta pensando a profonde modifiche e a nuove strategie sanitarie. Quale il ruolo delle RSA e cosa debbono fare per stare al passo nel prossimo futuro?**

*Il ruolo delle RSA nella nuova sanità, da ricostruire dopo il passaggio della pandemia Sars Cov2 (Covid -19), con cui forse dovremmo convivere a lungo, a livello endemico, non può essere che quello per cui sono state istituite, ossia strutture di eccellenza del territorio deputate al trattamento degli anziani malati e di tutto il grande mondo della cronicità in tutte le sue manifestazioni, lasciando agli ospedali il trattamento dei malati acuti.*

*Per far ciò le RSA si dovranno adeguare alla nuova realtà, operando profonde modificazioni strutturali (impensabile una RSA da 60 posti letto...), modificazioni tecnologiche (si dovranno prevedere ambienti e attrezzature per il trattamento delle nuove epidemie ed infezioni che si affacciano ogni anno nel panorama sanitario...), modificazioni organizzative (ampliamento e aggiornamento continuo nella formazione dell’attuale personale all’uso di apparecchiature come emogasanalisi, ventilatori polmonari, broncoaspiratori,... tutte attrezzature di tipo ospedaliero in uso nei reparti di rianimazione; istituzione di nuove figure professionali, ...). Già da oggi le RSA debbono comunque iniziare questo cammino nuovo, coraggioso, ma anche molto stimolante. Oggi si calcola che il numero dei ricoverati negli ospedali si equivalga al nu-*

*mero dei ricoverati nelle RSA e sicuramente nel tempo i malati cronici in queste strutture saranno destinati ad aumentare. Nonostante le nuove pandemie la cronicità è un evento che andrà sempre più ad aumentare in futuro con aumento di costi e di problemi sociali; dunque, questa realtà non può più essere ignorata. Quale l'apporto dello Stato e cosa pensa che le Istituzioni debbono fare per rendere le RSA efficienti e competitive nelle prossime sfide che attende la sanità?*

*Le cose da fare sarebbero moltissime ma gli interventi più urgenti e necessari per ricollocare le RSA nella loro giusta posizione nell'assistenza sanitaria del nostro paese sono principalmente di ordine normativo, economico e culturale. Le trasformazioni che hanno subito alcune strutture di RSA in Italia in questi ultimi anni con l'inserimento di malati gravi e gravissimi, con livelli prestazionali estensivi ed intensivi hanno costretto le Amministrazioni delle RSA ad operare, ciascuna a proprio modo, rapidi e profondi adeguamenti spesso diversi da regioni a Regioni e addirittura nella stessa Regione. Alle disposizioni autorizzative re-*

*gionali per l'inserimento in RSA delle nuove tipologie di malati (malati estensivi, malati intensivi, malati con disturbi cognitivi comportamentali gravi) non è seguita una chiara normativa di riferimento. Oltre a norme di carattere strutturale sono mancate normative sulle figure professionali necessarie, sulle loro mansioni e soprattutto sul numero di operatori da assumere in relazione alle tipologie di malati presenti nei vari nuclei delle RSA. Ciò ha generato e sta generando un contenzioso continuo con le ASL e Regioni di riferimento. Le Regioni italiane si sono "dimenticate" di aggiornare le tariffe remunerative sulle prestazioni erogate, ferme in alcune regioni da oltre dieci anni, altre addirittura da quindici (nel Lazio l'ultimo aggiornamento tariffario data 2003), mentre nel frattempo i costi e le incombenze sono aumentate e si sono susseguiti ben tre contratti collettivi nazionali di lavoro. In questa situazione non si possono dare prestazioni appropriate, efficienti e di qualità come si vorrebbe, come doveroso nel rispetto del diritto e della dignità di ogni cittadino.*



*Verso il futuro*

# A Dubai l'aeroporto più grande del mondo



**Oleg Yurevic Latyshev,**  
(International Mariinskaya Academy, Mosca)



**Mauro Luisetto,**  
(International Mariinskaya Academy, Mosca)



di **Marcello Lofrano**  
(International Mariinskaya Academy, Mosca)

*Traduzione e adattamento dal russo di Halyna Korniyenko, Comitato scientifico di ND*

Stiamo parlando dell'aeroporto internazionale "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum" di Dubai, (Provvisoriamente: "Sun"), destinato a diventare il più grande del mondo, in grado di servire 540 milioni di passeggeri all'anno, un aeroporto "hub", in quanto utilizzabile da numerose compagnie aeree in tutto il mondo come punto di trasferimento per i passeggeri e, di conseguenza, con la prevedibile più alta percentuale di voli "in coincidenza" in tutto il mondo.

Il numero iniziale di destinazioni che Sun Airport servirà supererà le quattrocento, con progressivo aumento numerico man mano che nuove destinazioni si apriranno nel mondo, fino a raggiungere il limite di capacità. Proprio come le autostrade di Dubai, la base materiale per la realizzazione delle piste dovrebbe essere il ba-

salto, caratterizzato sia da un'elevata resistenza all'usura che da resistenza alle alte temperature dell'aria e all'azione diretta della luce solare. Nonostante il fatto che l'attuale aeroporto internazionale civile di Dubai abbia piste asfaltate, sembra infatti opportuno tenere in considerazione la prospettiva sia di aerei di linea più pesanti che di un più pesante carico sulle piste, nonché l'ulteriore riscaldamento del clima anche a Dubai in linea con la tendenza ad un riscaldamento globale.

Ciascuna delle diciotto piste dovrebbe avere una lunghezza di quindicimila metri, senza contare la lunghezza della fascia terminale di sicurezza, l'area dietro la soglia spostata e la soglia stessa, con un corrispondente numero di vie di rullaggio. La larghezza di ciascuna delle diciotto piste dovrebbe essere di cinquecento metri in





base al progressivo aumento della capacità di carico degli aerei di linea, dell'apertura alare e di molte altre caratteristiche operative. Già nel 2019 è apparso il velivolo Scaled Composites Stratolaunch Model 351, di fabbricazione statunitense, progettato da Elbert Leander "Bert" Rutan, con un'apertura alare di 117 metri, che rappresenta un elemento del sistema di lancio aereo aerospaziale Stratolaunch. Da ciò si dovrebbe concludere che l'ulteriore emergere di materiali strutturali più leggeri e più resistenti

porterà a una significativa espansione di questa caratteristica, nel prossimo futuro.

Una tale larghezza delle piste determinerà la circonferenza di nove chilometri, all'interno della quale il complesso di edifici terminali sarà situato sotto un tetto comune, una centrale solare. La sua azione ridurrà parzialmente il consumo di elettricità tradizionalmente speso per l'illuminazione, la ventilazione, il funzionamento di sistemi automatici di sicurezza e di sistemi informatici per la manutenzione dei passeggeri, ecc. Un ulteriore mezzo per ridurre i costi di ventilazione sarà costituito da diciotto torri di ventilazione naturali, che formeranno simultaneamente le pareti degli archi d'ingresso di ciascuno dei diciotto terminali-passeggeri, progettate per trenta milioni di passeggeri all'anno ciascuna, seguite dalla possibilità di aumentare la larghezza di banda. Le torri di ventilazione serviranno anche come "rinforzi" adiacenti al muro esterno rotondo del complesso aeroportuale, sporgendo fino a metà della loro circonferenza oltre questo muro. Come nel caso della torre Burj Khalifa, il rilievo dell'edificio del terminal, geometricamente piuttosto complesso, creerà i contorni delle onde verticali sulla sua superficie esterna, cambiando significativamente la traiettoria dei flussi naturali di aria in movimento intenso e impedendo così che polvere e tempeste di sabbia causino danni all'edificio dell'aeroporto.

L'aeroporto "Sun" dovrà avere parcheggi progettati per un totale di tremila aeromobili, che saranno distribuiti uniformemente sull'area libera da piste e l'edificio del terminal dalla superficie totale di 500 km<sup>2</sup>, che l'aeroporto è progetta-





to per occupare. La maggior parte dell'edificio dell'aeroporto sarà sotterranea, il che ridurrà significativamente i costi di raffreddamento di questo complesso, che ospiterà anche un parcheggio sotterraneo multipiano interno, per trecentomila posti, con ventilazione naturale. In generale, è necessario ottenere una ventilazione prevalentemente naturale dell'edificio aeroportuale a una profondità di un chilometro, in modo tale che tutti i servizi situati sopra e sotto il livello del suolo, ricevano costantemente flussi di aria fresca, non gravati da errori di aria condizionata. L'aria condizionata forzata sarà ovviamente disponibile nell'edificio del terminal. I serbatoi d'acqua saranno posizionati su numerosi piani sotterranei in caso di prolungata presenza di polveri e di tempeste di sabbia, che potrebbero interrompere l'approvvigionamento idrico dell'aeroporto per tempi anche lunghi. L'approvvigionamento idrico sarà rifornito dal pozzo dell'aeroporto attraverso una serie di necessari sistemi di filtraggio multistadio, poiché la costruzione di un acquedotto dalla parte centrale di Dubai sarebbe eccessivamente costosa e anche piuttosto problematica.

Allo stesso tempo, nei piani sotterranei dovran-

no esserci ampi magazzini di prodotti alimentari, che saranno necessari per il buon funzionamento di ristoranti e caffetterie nell'edificio del terminal, per il commercio al dettaglio nei negozi duty-free aeroportuali e negli ipermercati alimentari, distribuiti uniformemente in tutto il territorio sotterraneo di ciascun terminal nell'edificio del terminal.

In caso di condizioni climatiche che non consentissero temporaneamente il decollo degli aerei, dovrebbe essere prevista la più ampia scelta possibile di forme di "passatempo aggiuntivo forzato" dei passeggeri, in modo che ogni passeggero possa ricordare l'aeroporto esclusivamente con emozioni positive. Cinema, palestre, parchi di divertimento, musei e sale espositive dovrebbero offrire i loro servizi, indipendentemente dalla classe di volo e dal tempo che il passeggero dovrà trascorrere all'interno dell'edificio del terminal. Nei precedenti aeroporti di Dubai, era consuetudine effettuare un trasferimento per i passeggeri in transito, che hanno una certa pausa tra i voli, per visitare i mercati e gli ipermercati di Dubai. In questo caso, è possibile creare un ipermercato sotterraneo a più piani sotto lo stesso edificio del terminal, molte volte più grande del Dubai Mall. L'hub aereo-cargo dell'aeroporto "Sun" permetterà di aggiornare e ampliare costantemente la gamma di beni e servizi che si possono trovare nell'ipermercato "Sun".

Un tale approccio all'organizzazione dei punti vendita al dettaglio in una certa misura ridurrà i costi generali per il trasporto di passeggeri attraverso il territorio di Dubai e la consegna parallela delle merci agli ipermercati nel centro di Dubai. Allo stesso modo, sarà possibile ridurre significativamente i costi di trasporto per i passeggeri che arrivano a Dubai per partecipare a conferenze, simposi, congressi e forum, indipendentemente dalla durata. La presenza di sale-conferenze con isolamento acustico e vibrazionale di alta qualità in ciascuno dei diciotto terminali consentirà di ospitare ininterrottamente gli eventi più importanti sia mondiali che regionali, nel campo della scienza, della cultura, dell'istruzione, degli affari, della tecnologia, ecc.,

L'edificio del terminal dovrebbe contenere tutti i servizi necessari di cui i passeggeri potrebbero aver bisogno quando viaggiano in città. Per



quanto riguarda le visite turistiche a Dubai, la logica della costruzione di un aeroporto dovrebbe fornire la massima saturazione delle sue aree, veramente immense, con la massima quantità di tutti i tipi di intrattenimento. Lo stesso dovrebbe valere per le forme cognitive di attività, in modo che ogni passeggero curioso possa trovare non solo oggetti virtuali, ma allo stesso tempo reali che possano soddisfare le esigenze di tutti i suoi sensi. Questo sarà un inequivocabile passo avanti rispetto all'algoritmo per la realizzazione della mostra Expo 2020, dove la maggior parte dei padiglioni di vari paesi era occupata da schermi alle pareti, soffitti, pavimenti, vetrine e singoli reperti. In questo caso, un passeggero che avesse da poco sofferto sensazioni spiacevoli in volo, al quale, consciamente o inconsciamente, la terra e tutto ciò che comprende sono diventati ancora più vicini e più cari, troverebbe importante sollievo.

L'edificio del terminal dovrà diventare l'incarnazione di un'alta cultura del suono. Non dovrebbe avere slot machine ad alto volume, i cui suoni di bassa qualità disturbano i passeggeri che non giocano. Un passeggero straniero che intende utilizzare i servizi di un aeroporto di Dubai dovrebbe inoltre tenere presente che è atterrato in un paese islamico, dove il gioco d'azzardo è proibito.

I collegamenti di trasporto dovranno essere for-

niti all'aeroporto Sun per mezzo di venti linee di autobus espressi, integrati da linee di autobus urbani, che prevedono la consegna dei passeggeri e dei loro accompagnatori in ogni distretto di Dubai, nonché nella capitale di ciascun paese degli Emirati Arabi Uniti. Inoltre, nel piano sotterraneo dell'edificio dell'aeroporto, dovrebbe essere costruito un atrio della stazione Sun della linea metropolitana di Dubai. Da questa linea, ci saranno transizioni alle linee della metropolitana che vanno in tutte le aree di Dubai e oltre. Gli autori di questo lavoro sono partiti dalla convinzione che, nel prossimo futuro, i tre attuali aeroporti di Dubai non potranno soddisfare più le esigenze del crescente traffico passeggeri, dovendo anche far fronte al crescente volume di merci trasportate dalle compagnie aeree internazionali. Questo nuovo aeroporto dovrà essere costruito per l'attuazione del programma Dubai 2040. Si avvarrà di tutte le opzioni di servizio passeggeri attualmente disponibili, con successiva correzione in base alle ultime invenzioni che potrebbero avvenire durante l'attuazione del settimo piano di sviluppo di Dubai. Tenendo conto che l'area da occupare dall'aeroporto dovrebbe essere di 500 chilometri quadrati, è necessario considerare la possibilità di includere in questo hub aereo un sistema automatizzato per il trasporto di passeggeri e bagagli a disposizione di ciascuno di essi, al fine di collegare ra-





pidamente l'edificio del terminal con varie aree dell'aeroporto. Oltre al parcheggio per trecentomila posti, l'attenzione dovrebbe essere rivolta anche a quei passeggeri che arrivano a Dubai che non abbiano lasciato le loro auto in questo parcheggio e il cui programma di soggiorno a Dubai includa viaggi al di fuori dell'edificio del terminal. Per fare questo, si prevede di collocare nei livelli sotterranei del terminale anche la presenza di numerose agenzie specializzate nel noleggio di auto di varie case costruttrici, al fine di soddisfare il gusto e le esigenze particolari di ogni singolo cliente, e delle famiglie numerose in generale, che decidono di visitare Dubai.

Per tutte le esigenze sarà necessaria un'autostrada speciale a sedici corsie, tra l'edificio del terminal e il centro di Dubai. I passeggeri che arrivano a Dubai con voli internazionali, per i quali questa metropoli è la destinazione finale, avranno l'opportunità di ritirare i bagagli in diversi modi. Per coloro che si dirigeranno verso il centro di Dubai con l'autobus del terminal, i bagagli verranno caricati negli appositi bauli di questo veicolo.

Tutti coloro che verranno ad incontrare parenti o conoscenti coi propri mezzi potranno ritirare i bagagli all'uscita dall'aeroporto. Coloro che hanno lasciato la loro auto nel parcheggio nei

piani sotterranei del terminal la riceveranno insieme all'auto da dipendenti speciali dell'aeroporto. Coloro che desiderano utilizzare i servizi della metropolitana di Dubai potranno recuperare i loro bagagli sul nastro trasportatore, direttamente alla piattaforma di atterraggio, ampia e sufficientemente spaziosa, sotto l'edificio del terminal. In ciascuno dei diciotto terminali, in termini di convergenza tra loro con i vertici dei triangoli equilateri nell'edificio del terminal, sarà possibile entrare nell'atrio ("Meeting Point"): questa grande area, aperta sotto un bellissimo soffitto in vetro colorato, sarà progettata appositamente per i passeggeri di vari voli che vogliono vedere i loro parenti, amici o conoscenti, direttamente in aeroporto ed eventualmente continuare il viaggio insieme.

Nell'atrio ci saranno numerose panchine, tavoli da caffetteria, bancomat di tutte le banche che operano negli Emirati Arabi Uniti. Passerelle mobili e scale mobili saranno presenti in tutte le 18 direzioni dall'atrio, così come ascensori per salire ai piani fuori terra e scendere ai piani sotterranei del terminal.

Inoltre nell'atrio si troverà il checkpoint principale, consentendo di passare il controllo in tempi molto veloci. In caso di accumulo di persone nell'atrio che superasse gli standard sanitari e

igienici, sarà possibile utilizzare livelli aggiuntivi dell'atrio nei piani sotterranei dell'edificio del terminal.

La luce solare naturale sarà trasportata a ciascun livello dell'edificio attraverso fibre ottiche. L'atrio non sarà comunque mai sovraccarico di passeggeri e accompagnatori che devono spostarsi da un terminal all'altro, perché saranno progettate passerelle mobili continue che attraverseranno l'intero diametro della sala. Le sale di forma triangolare di tutti i 18 terminal saranno interconnesse da un corridoio di trasporto sotterraneo, situato al piano "meno-1" dell'edificio del terminal. In questo corridoio di trasporto, si potrà scendere con la scala mobile, e lungo la stessa scala mobile combinata recarsi al primo piano del terminale diametralmente opposto: tale design combinato "*e-escalator-travelator-escalator*" consentirà di eseguire rapidamente e senza rischi la discesa dalla scala mobile e la salita alla successiva, accelerando lo spostamento dei passeggeri e dei loro accompagnatori da un terminal all'altro. Anche al piano "meno-1" ci sarà un corridoio di trasporto circolare, lungo il quale sarà possibile spostarsi tra eventuali terminal vicini. Ci saranno anche brevi passaggi tra le sale adiacenti di tutti i 18 terminal, che consentiranno ai passeggeri e ai loro accompagnatori di passare senza tornare al centro della sala per entrare nel corridoio di trasporto.

Prima di atterrare a Dubai, il passeggero potrà indicare la sua ulteriore destinazione al momento dell'acquisto di un biglietto, il che gli consentirà di utilizzare i servizi di un sistema di trasporto passeggeri automatizzato nella costruzione del terminal. Dopo aver attraversato la sicurezza al centro dell'atrio, questo sistema consentirà al passeggero di entrare in uno qualsiasi dei terminali di cui avrà bisogno, senza ulteriori azioni.

I complessi di trasporto saranno progettati per essere situati nelle direzioni dell'insediamento di Saruq Al Hadid dell'Emirato di Dubai stesso, con successivo accesso all'intersezione con l'autostrada E75, e in direzione dell'insediamento dell'Emirato di Abu Dhabi - Al Faqa, con accesso all'intersezione con l'autostrada E66.

Ognuno di questi complessi di trasporto sarà situato intorno all'aeroporto "Sheikh Saeed bin



Maktoum bin Hasher Al Maktoum" sarà progettato per fornire ai passeggeri incontri e partenze dall'edificio del terminal direttamente al centro della città di Dubai, così come altre città dell'emirato con lo stesso nome e tutti gli altri emirati degli Emirati Arabi Uniti. La posizione del nuovo aeroporto "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum", a sud-est dell'attuale aeroporto internazionale Al Maktoum, consentirà inoltre un'area molto più ampia di ulteriore sviluppo: ciò è dovuto ai piani su larga scala degli edifici civili nell'ambito del programma Dubai-2040, necessari per la città in vista del previsto massiccio afflusso di passeggeri.

Ciascuno dei complessi di trasporto che circondano il territorio dell'aeroporto dovrà includere cinque linee progettate per auto di vario tipo, autobus di proprietà dell'aeroporto, nonché taxi di varie affiliazioni dipartimentali e veicoli privati, consentendo di rendere continuo il flusso





di passeggeri in entrambe le direzioni. Si prevede di utilizzare navette per trasportare passeggeri nel territorio di ciascuno dei complessi di trasporto. Seguiranno il percorso terrestre. Il loro percorso dovrebbe essere posato tra due piste adiacenti divergenti e, in ogni caso, dove fosse inaccettabile per qualsiasi motivo, la navetta passerebbe attraverso corridoi di trasporto sotterranei, tunnel costruiti esclusivamente per le esigenze dei passeggeri, così come i loro accompagnatori.

Il sistema di smistamento bagagli, così come in altri aeroporti ultramoderni del mondo, dovrebbe essere dotato di carrelli con codici individuali che consentano di tracciare il percorso dei bagagli in qualsiasi fase del loro viaggio attraverso il territorio dell'aeroporto Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum. Più di mille videocamere e monitor dovrebbero essere utilizzati nell'area bagagli per massimizzare l'efficienza di questo segmento dell'aeroporto. I passeggeri dovrebbero essere in grado di registrare i loro bagagli poche ore o addirittura giorni prima del volo, il che consentirà loro, bypassando il tempo dedicato a visitare il deposito bagagli e i costi aggiuntivi per pagarli, di inizia-

re a conoscere l'edificio del terminal, le sue numerose attrazioni e i suoi rivoluzionari vantaggi ricreativi, consentendo inoltre al passeggero di risparmiare tempo per conoscere il territorio dell'aeroporto "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum" nel suo complesso a causa della salita al ponte di osservazione organizzato all'ultimo piano dell'edificio del terminal, che sovrasta il fantastico "specchio" della piscina a sfioro più grande del mondo.

Questa piscina occuperà il resto dell'area del tetto del terminal (meno le fondamenta del ponte di osservazione), permettendo di ammirare l'indescrivibile bellezza delle migliaia di luci colorate dell'aeroporto e degli insediamenti vicini. Inoltre sarà affascinante, per coloro che avranno visitato la piscina, contemplare i colori sempre mutevoli del cielo e i contorni levigati delle dune nel deserto che si avvicinano all'aeroporto dall'emirato di Abu Dhabi, così come dalla parte della parte dell'emirato di Dubai, ancora in fase di sviluppo.

Il sistema elettronico introdotto in aeroporto consentirà ai dipendenti di posizionare correttamente tutti i bagagli e successivamente trasferirli sull'aeromobile desiderato o sulla navetta

che porta i passeggeri al complesso di trasporto. Nel caso in cui il passeggero e i suoi accompagnatori decidessero di utilizzare l'autobus dell'aeroporto "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum" fino al punto finale del loro viaggio, anche il percorso dei bagagli sarà programmato in base a questa circostanza. La direzione del successivo restringimento delle pareti delle sale del terminal servirà ad indicare la direzione dal punto di sbarco all'atrio con il checkpoint principale e il punto di incontro con parenti e amici.

Il giardino d'inverno si troverà in una spirale crescente lungo le pareti interne della sala dell'atrio fino al tetto a volta in vetro, e comprenderà una serie di alberi e arbusti a fioritura alternata, in modo tale che i visitatori dell'atrio possano godere della riproduzione delle ricchezze della flora selvatica, direttamente nel mezzo del deserto, fuori dalla finestra. Anche nei tunnel attraverso i quali le navette portano i passeggeri e i loro accompagnatori ai complessi di trasporto, lungo l'intero percorso di 15 chilometri, un giardino sotterraneo sarà in grado di creare un senso di benessere legato all'emirato di Dubai e degli Emirati Arabi Uniti nel loro complesso.

L'autorità aeroportuale del "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum" prevede di far corrispondere i prezzi dei prodotti alimentari e industriali all'aeroporto ai prezzi minimi esistenti nei negozi della città di Dubai. Intende anche equiparare i prezzi dell'intera gamma di proposte di ristoranti e locali in generale, situati sul territorio dell'aeroporto, ai prezzi corrispondenti in questa metropoli. Oltre agli esercizi di ristorazione, ogni terminal dell'aeroporto "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum" avrà un'area commerciale di 10.000 m<sup>2</sup>. Inoltre, ci sarà anche una zona duty-free, con una superficie di 10.000 m<sup>2</sup>. Infine, ci saranno circa altri 10.000 m<sup>2</sup> di servizi di vari profili e diverse istituzioni, ampiamente richiesti tra i passeggeri. Tra questi, uffici di rappresentanza di tutte le banche, centri commerciali, punti di accesso a Internet a banda larga operanti negli Emirati Arabi Uniti.

Dieci piani sotterranei, da -3 tre a -12, ospiteranno il più grande "Carrefour Hypermarket" del mondo, che venderà h/24 i prodotti più freschi di aziende agricole e aziende alimentari di

tutto il mondo, consegnati da aerei cargo attraverso il terminal cargo dell'aeroporto.

Per i piccoli acquirenti all'ingrosso di questo "Ipermercato Carrefour" ci sarà l'opportunità unica di allegare gli acquisti effettuati qui ai bagagli di ogni cliente. Se sarà superato il peso degli acquisti nell'"Ipermercato Carrefour" consentito per il trasporto in aeronavi dell'aviazione civile, sarà possibile effettuare la consegna con aerei cargo nel paese di destinazione dei passeggeri.

L'area commerciale di ogni terminal occuperà un totale di 30.000 m<sup>2</sup>, e in tutti i terminali di 540000 m<sup>2</sup>: questo consentirà un transito all'aeroporto "Sheikh Saeed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum" di 540 milioni di passeggeri all'anno.

Il World Trade Center occuperà cinque piani sotterranei dell'edificio del terminal. Ciò consentirà di effettuare transazioni commerciali tempestive con agenti delle società commerciali mondiali che arrivano a Dubai, senza doversi spostare nel centro della città per effettuare transazioni e riesportare regolarmente merci con una durata di conservazione relativamente breve (e persino prodotti deperibili), grazie alla significativa capacità dell'aeroporto. Numerosi contratti saranno conclusi anche qui per la fornitura di prodotti alimentari e industriali delle imprese degli Emirati Arabi Uniti in vari campi di produzione a paesi stranieri.

Il centro espositivo dell'aeroporto "Sheikh Sa-



eed bin Maktoum bin Hasher Al Maktoum” comprenderà cinque piani sotterranei e cinque fuori terra. Molte mostre, di dipinti, disegni, arti e mestieri, potranno esporre opere direttamente in vendita. L’esposizione di conchiglie di animali marini nel centro espositivo dell’aeroporto dovrebbe anche offrire l’opportunità a coloro che partono di acquistare souvenir. Ogni guscio sarà imballato in modo elegante e sicuro anche per i viaggi a lunga distanza, con dotazione di informazioni speciali sul luogo di origine degli animali marini. La zona assiale di ogni piano del centro espositivo sarà occupata da un acquario cilindrico, che conterrà pesci di numerose specie, granchi, granchi eremiti, polpi, coralli e altri animali marini, nonché alghe di vari colori, forme e dimensioni. Gli acquari non solo decoreranno i locali del centro espositivo, ma consentiranno anche di commerciare articoli non sono soggetti al divieto di esportazione dagli Emirati Arabi Uniti. Per il trasporto di acquisti “vivi”, saranno previsti speciali contenitori infrangibili, che consentiranno a un animale marino o a una pianta di vivere per il breve periodo equivalente al tempo di un volo dagli Emirati Arabi Uniti al paese di destinazione di chi li ha acquistati.

Venti piani sotterranei del terminal saranno riservati agli hotel di varie compagnie da due a cinque stelle. saranno destinati ai passeggeri in transito con un divario significativo tra i voli in coincidenza o a coloro che hanno ritardato significativamente la partenza del volo. Inoltre, se lo si desiderano, i partecipanti di vari forum tenuti direttamente nelle sale conferenze dei terminal aeroportuali, potranno essere ospitati in essi, se non avranno scelto di soggiornare in hotel di fama mondiale nel centro di Dubai o in un’altra città degli Emirati Arabi Uniti. L’edificio del terminal offre anche un numero significativo di servizi per i passeggeri, che non sono di proprietà esclusiva di questo aeroporto. Per completezza, va sottolineato che qui, come in molti aeroporti avanzati del mondo, ogni posto nella sala d’attesa avrà anche tradizionali prese elettriche tripolari con messa a terra di 220 e 127 volt. Allo stesso tempo, sotto ogni sedia ci saranno prese USB per la ricarica di vari dispositivi, nonché prese Internet per l’utilizzo illimitato di Internet cablato direttamente nella sedia della sala d’attesa. Per accedere a Internet



ad alta velocità il passeggero dovrà contattare il punto di accesso a questo servizio aeroportuale. Il terminal sarà servito da milleduecento ascensori. Un terzo di essi sarà destinato solo ai dipendenti aeroportuali e al movimento di merci e bagagli. Un altro terzo servirà solo piani sotterranei, la cui area sarà molto più ampia di quella dei piani fuori terra del terminal. Duecento ascensori, i cui pozzi sono circondati su tutti i lati da 18 torri di ventilazione, saranno destinati a muoversi ai piani fuori terra. I restanti duecento ascensori, situati nella parte centrale del complesso aeroportuale, collegheranno tutti i piani del terminal dalla metropolitana più bassa a quella più alta in superficie. Le scale mobili per la salita e la discesa saranno strutturate in modo tale che i loro utenti non dovranno fare un gran numero di passi dalla scala mobile precedente alla successiva. A loro volta, sull’asse centrale di ciascuno dei 18 terminal ci saranno passerelle mobili che si muovono in direzioni opposte, consentendo ai passeggeri di muoversi lungo l’intera lunghezza del terminal. Ogni bagno avrà una stanza speciale, destinata a madre e figlio, o per un padre e un bambino single. Qui si potranno cambiare i pannolini, usare unguenti, spray, creme e altri materiali necessari per il trattamento della pelle e delle mucose del bambino. Per i passeggeri con problemi fisici saranno disponibili anche camere speciali. In futuro, con l’invito di ulteriori specialisti tra i membri a pieno titolo dell’Accademia Internazionale Mariinsky intitolata a M.D. Shapovalenko, evidenzieremo gli aspetti tecnologici delle attività dell’aeroporto, con particolare attenzione all’uso di veicoli senza equipaggio per la consegna di passeggeri e accompagnatori, bagagli, merci, dall’aeroporto a Dubai e in varie città degli Emirati Arabi Uniti.



ASSOCIAZIONE  
TOSSICOLOGI E TECNICI  
AMBIENTALI



DIVENTA  
**TECNICO AMBIENTALE  
IN BIOSICUREZZA**  
«Trattamento ARIA»



[www.atta.bio](http://www.atta.bio)



## Eruzioni labiali

## Herpes simplex

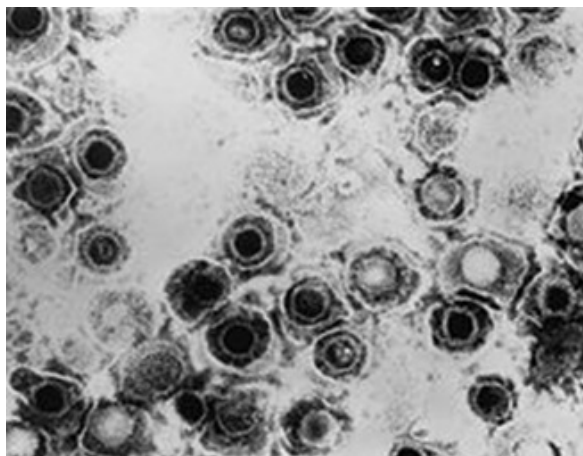


di  
**Simonetta Adamanti,**  
Medico  
Chirurgo,  
Comitato  
scientifico  
ND, CTS AIFI  
(Alleanza  
Fibromialgici):  
Terapia del  
Dolore

Per patologie erpetiche si intende un complesso di malattie virali causate da *herpesvirus*, tra cui ricordiamo soprattutto **Herpes zoster** (responsabile del “Fuoco di S. Antonio”) e **Herpes simplex** (responsabile della “febbre” del labbro). L’elemento accomunante è la comparsa di piccole vesciche sulla cute: se a livello delle labbra si ha l’herpes labialis, dei genitali l’herpes genitalis, se su superfici estese, come schiena e braccia, herpes zoster.

**HERPES LABIALE**

È sostenuto da Herpes Simplex Virus (HSV, distinto in due tipi: HSV1 e HSV2), grandi herpesvirus con diametro intorno a 150 nm, provvisti di pericapside e capsidi costituito da 160 capsomeri, separato dal pericapside da uno tegumento contenente enzimi virali fondamentali per l’inizio della replicazione. Il capsido contiene DNA lineare, in grado di codificare un’ottantina di proteine prevalentemente enzimatiche (timidina chinasi, ribonucleotide reductasi, desossiribonucleasi, proteasi, DNA-polimerasi), oltre a proteine strutturali ed altre che intervengono sul sistema immunitario. Il 68% della popolazione risulta positiva all’HSV1 dopo i 12 anni e



la prevalenza aumenta con l’età. Povertà, scarsa igiene e promiscuità determinano precoce esposizione al virus: è stato evidenziato che il 70-80% di individui di basso livello economico-sociale evidenzia positività all’HSV entro la seconda decade di vita, contro il 20-40% degli individui di strati sociali alti.

L’HSV1 possiede tropismo per i tessuti oro-facciali e comporta quindi manifestazioni cliniche a carico della mucosa orale e faringea e, più raramente, degli occhi, della cute del viso e del tronco sopradiaframmatico. L’HSV 1 viene trasmesso principalmente attraverso la saliva e il contatto con lesioni labiali. In notevole aumento sono le infezioni delle mucose genitali da HSV 1 da rapporti oro-genitali.

**SEGNI E SINTOMI**

La localizzazione labiale è la più frequente anche se a volte può comparire o estendersi su guance, palato e ali del naso. I segni della malattia si identificano nella comparsa di fastidiose e dolorose vescicole, preceduto sintomatologicamente da una sensazione di disturbo locale (tensione, calore) ben nota a chi ne soffre con una certa frequenza e che rappresenta il momento migliore per un possibile intervento data la bassa carica virale: se non si interviene inizia lo sviluppo delle vescicole, spesso dolorose e piene di un liquido carico di virus, che tendono a conglobarsi, asciugarsi e formare una crosta che dura circa sette giorni, periodo durante il quale è possibile contagiare altre persone per contatto diretto (bacio, rapporto sessuale) con massimo rischio intorno al quarto giorno, quando le vescichette si aprono.

**CAUSE**

L’infezione da herpes labiale segue in genere a forti stress fisici (compresa una eccessiva espo-



sizione al sole) o psicologici o legati a prolungata assunzione di taluni farmaci (soprattutto cortisone e derivati) che espongono peraltro a molte patologie in cui sia coinvolto un calo transitorio delle difese immunitarie, compreso il semplice raffreddore: dopo la prima esposizione, infatti, i virus non vengono debellati ma restano silenti per tutta la vita nelle terminazioni nervose, pronti a riattivarsi quando l'immunità del soggetto mostra dei cali. Anche alterazioni ormonali legate ad esempio al ciclo mestruale o alla gravidanza possono innescare la crescita di herpes virus.

La diffusione del virus dalla zona labiale ad altre aree (occhi e genitali) è possibile anche se non frequente. Data la contagiosità dei primi giorni è buona norma igienica evitare contatti fisici diretti e indiretti (posate, bicchieri se non lavati adeguatamente).

## PREVENZIONE

L'infezione da herpes virus è da considerarsi cronica in quanto cali immunitari la possono innescare in qualsiasi momento. Tutta una serie di comportamenti utili possono essere messi in atto per sostenere il sistema immunitario:

- evitare situazioni di stress psicologico eccessivo,
- ridurre le probabilità di contagio per influenza e altre patologie aerotrasmesse,
- mantenere uno stato nutrizionale adeguato,
- Adeguare l'apporto di vitamine (C e D, soprattutto) e sali minerali (magnesio, ferro, zinco e selenio), importanti per l'immunità,
- Assumere antiossidanti (oltre alla vitamina C anche vitamine A, E, Coenzima Q e polifenoli) che migliorano lo stato ossidativo generale evitando di creare un ambiente ottimale per i virus.
- Aumentare l'apporto di acidi grassi della serie Omega 3. che stimolano la produzione di anticorpi e svolgono attività antinfiammatoria,
- Assumere probiotici e prebiotici, che migliorano la flora intestinale,
- Aumentare l'apporto alimentare di lisina, aminoacido che sembra ridurre la gravità degli episodi labiali, anche se il meccanismo d'azione non è noto (viceversa l'arginina sembra aumentarla),
- Praticare attività fisica moderata,
- utilizzare protezione solare e prevenire scre-



polature delle labbra causate da freddo, vento, agenti chimici,

- evitare o ridurre l'assunzione di alimenti allergizzanti, in funzione delle sensibilità individuali: crostacei, frutta secca, albume d'uovo, latte e, per i celiaci, glutine.

## CURE NATURALI

Echinacea e altri vegetali ad azione immunostimolante, propoli, pappa reale e, soprattutto, colostro, sono utilizzati per la prevenzione, mentre è interessante riportare l'utilizzo del proprio cerume, applicato topicamente ai primi sintomi, patrimonio della Etnomedicina slava: l'orecchio è in contiguità anatomica con il cervello e appare logico che la natura abbia predisposto una sorta di barriera antivirale (sappiamo che il cerume è ricco di lisozima ma probabilmente anche altri fattori sconosciuti sono coinvolti). Zinco e creme a base di eparina diminuiscono la durata dell'eruzione cutanea.

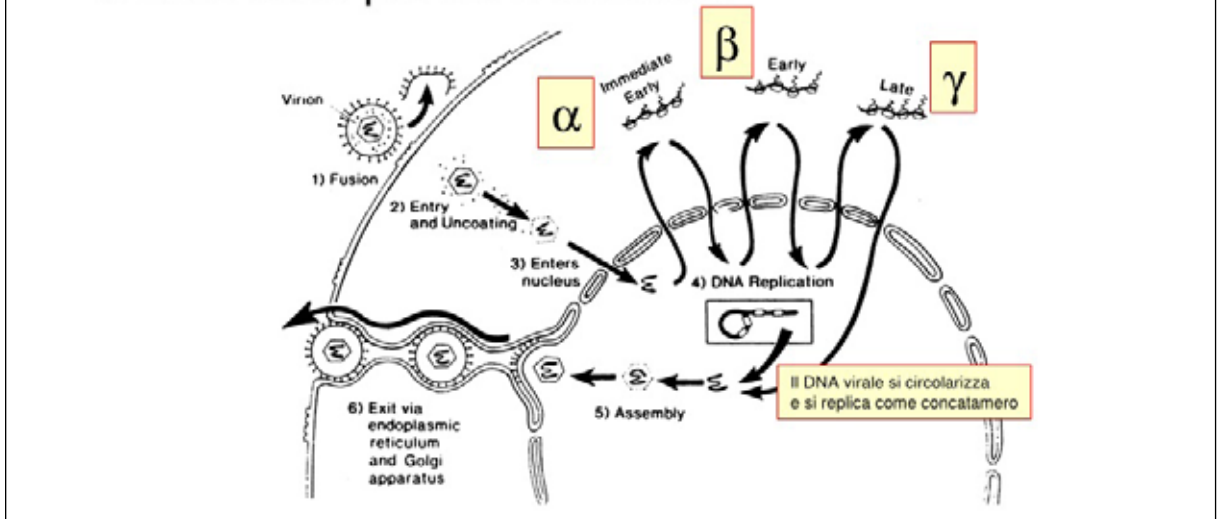
## TERAPIA FARMACOLOGICA

Antivirali come Aciclovir e derivati (Fanciclovir, Penciclovir) vengono applicati localmente con efficacia solo se l'intervento è precoce: si tratta di inibitori della sintesi di DNA virale. L'uso di antivirali sistemici è limitato ai soggetti immunocompromessi. Trifluridina e Idoxuridina sono sostanze analoghe delle basi azotate utilizzate dal virus per la sintesi del proprio DNA, utilizzate per il trattamento topico delle patologie erpetiche. Per tutti vale un certo rischio mutageno, legato alla aspecifici-

I procapsidi vuoti si assemblano nel nucleo, poi si inserisce il DNA

Il mantello viene acquisito dal foglietto interno della membrana nucleare o dalle vescicole del Golgi

Il virus esce per lisi o esocitosi



tà e la proibizione conseguente di impiego in gravidanza. L'antinfiammatorio benzidamina si utilizza per risciacqui in caso di manifestazioni all'interno della bocca.

**BIODINAMICI**

L'utilizzo sistematico di integratori biodinamici per altre patologie riduce sensibilmente la probabilità di riacutizzazione erpetica, presumibilmente per una generale attività antiossidante e proimmunitaria. L'impiego topico di Citozym ai primi sintomi è in grado di ridurre sensibilmente fastidiosità e durata degli episodi acuti, accelerando inoltre i tempi di cicatrizzazione dopo la fase di eruzione bollosa.

È mia osservazione personale la possibilità di risoluzione accelerata, dopo impiego topico di Citozym, applicato con leggero massaggio alla comparsa dell'eruzione: le vescicole, prima omogeneamente diffuse, confluiscono in una linea retta rossastra che tende nel giro di poche ore a scomparire, evitando la fase di formazione della crosta.

Qualora confermato da indagini più allargate, l'impiego topico di Citozym potrà proporsi

quale strategia di primo livello nel trattamento di una patologia molto diffusa: il meccanismo è facilmente riconducibile agli effetti di normalizzazione enzimatica, competitivi con quelli virali neoformati (la replicazione virale comporta la sintesi sequenziale di tre classi di geni virali ("Immediate early", "Early" e "Late": precocissimi, precoci, tardivi), trascritte in sequenza ordinata dall'enzima RNA polimerasi II).

La replica del genoma del virus avviene ad opera di una DNA polimerasi ed enzimi virali specifici svolgono invece azione di recupero dei nucleotidi per fornire i substrati deossiribonucleotidici alla polimerasi anche in cellule che non si trovano in fase replicativa, dove quindi mancano i substrati necessari alla sintesi del DNA virale. Si comprende quindi come anche nel caso del trattamento di manifestazioni erpetiche l'approccio enzimologico biodinamico rappresenti una autentica svolta nelle strategie mediche: specifici protocolli sono disponibili sia per la prevenzione, nei soggetti in cui la frequenza di riacutizzazione è elevata, sia per il trattamento delle manifestazioni acute.



**MCB OPERATORI**

*in*

**“MASSOIDROTERAPIA”**

**Diventa  
un professionista  
sanitario aus.**

**Iscriviti  
al corso!**

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

Titolo riconosciuto dal Ministero della Salute



*Due pesi, due misure?*

# Sicurezza generale dei prodotti, un nuovo regolamento



di Renato Carraro,  
Comitato scientifico ND

Siamo spesso portati a pensare, che i prodotti si dividano in due tipologie, quelli che sono disciplinati da leggi molto precise e quelli che in generale sembra figli di un Dio minore. Ci aspettiamo che qualsiasi dispositivo medico debba essere marcato CE, registrato al Ministero, codificato con il codice a barre, mentre il lenzuolo che ci accoglie, anche quando siamo malati, non debba rispettare praticamente alcuna regola o quasi. Questa convinzione non riguarda solo il consumatore generico, ma purtroppo anche molti addetti alla sicurezza e le autorità di controllo, impegnate spesso a controllare la forma e le dimensioni del marchio CE, come se da esso dipendesse la sicurezza dei prodotti.

Va da sé che la sicurezza è un fatto intrinseco ai prodotti, dipende dalla progettazione, dai materiali e componenti utilizzati, dalle capacità di chi li realizza. Queste caratteristiche valgono in egual misura per **tutti** i prodotti senza distinzione alcuna, ma ancora una volta la sicurezza la fa da padrona. Esiste dal 2001 la direttiva 95/CE che ora è stata abrogata, anche se rimarrà ancora valida per circa un biennio, dal Regolamento 2023/988/UE che non a caso si chiama “*Sicurezza generale dei prodotti destinati (nuovi o usati) ai consumatori*”.

Leggendo con la dovuta attenzione, si scopre che le cose che esso prevede come obbligatorie



per ogni prodotto, salvo alcune logiche esclusioni, sono esattamente le stesse che sono contenute in tutti i regolamenti e le direttive che impongono la marcatura CE sui prodotti. Giova precisare che il Regolamento 988, vale anche per i prodotti che hanno una loro specifica legge che li disciplina, laddove questa lasci degli spazi di insicurezza. Ci troviamo quindi di fronte ad una *legge erga omnia ed erga omnes*, ovvero che riguarda **tutti** (perché tutti siamo consumatori) e **tutto** ciò che acquistiamo.

Sono esclusi, come già detto, alcune categorie specifiche: medicinali, piante, alimentari ed altri prodotti particolari che hanno particolare impatto sulla nostra salute.

Per il resto, dovremmo imparare a ricercare in tutti i prodotti che acquistiamo, perché nel va della nostra salute, alcune informazioni che devono sempre essere presenti al momento dell'acquisto.

L'identificazione del fabbricante, la sua rintracciabilità, il soggetto europeo che sostituisce il fabbricante quando questo è extra europeo, dal punto di vista del rispetto della legge.

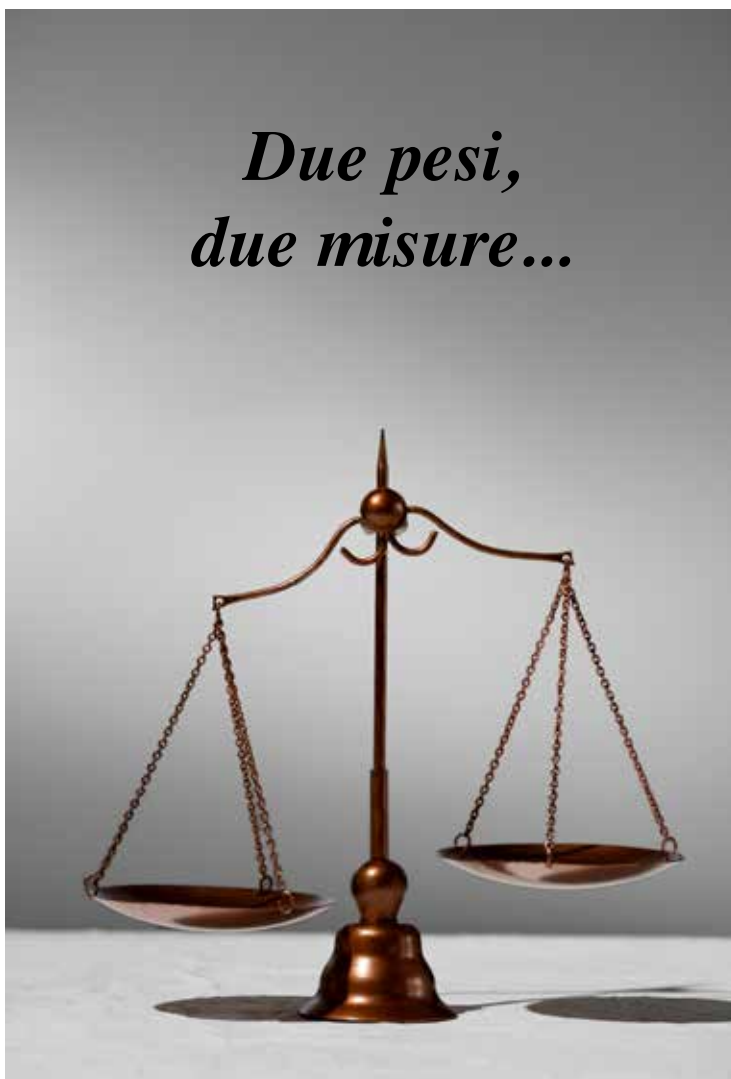
Moltissimi prodotti di uso comune, potremmo dire tutti, possono avere un impatto negativo sulla nostra salute, su quelle dei nostri familiari ed anche degli animali domestici; quindi è nostro **diritto** ricevere le informazioni minime previste dalla legge a nostra difesa e diventa nostro **dovere** verificarne la presenza. Accettare passivamente prodotti privi delle più elementari informazioni di tracciabilità, sicurezza ed avvertenze ci renderà in qualche modo complici di quegli operatori commerciali che non rispettano la legge e mettono a rischio la salute dei consumatori.

La sicurezza e la salute si preservano innanzitutto con la prevenzione ed è opportuno conoscere, applicare e far applicare le leggi che difendono l'una e l'altra.

Non è questo il luogo per una dissertazione sul Regolamento 2023/988, ma esso è disponibile sul sito della comunità europea o sul sito [www.marcaturace.net](http://www.marcaturace.net), quindi una sua lettura, seppur non rilassante, è possibile e forse opportuna per ogni consumatore.

Allo scopo di evidenziare come, a fronte di un impegno importante nei confronti dei fabbri-

## *Due pesi, due misure...*



canti, ci sia ancora molta strada da fare in difesa della nostra salute, propongo un'attenta lettura del seguente passaggio contenuto nel regolamento: *“L'impegno per la sicurezza dei prodotti, firmato per la prima volta nel 2018 e da allora sottoscritto da vari fornitori di mercati online, prevede una serie di **impegni volontari** in materia di sicurezza dei prodotti. Esso ha dimostrato il suo fondamento logico nel miglioramento della protezione dei consumatori nei confronti dei prodotti pericolosi venduti online. Al fine di rafforzare la tutela dei consumatori evitando **danni alla loro vita, alla loro salute e alla loro sicurezza**, e di garantire una concorrenza leale nel mercato interno, i fornitori di mercati online **sono incoraggiati** ad assumersi tali impegni volontari per evitare la ricomparsa di elenchi di prodotti pericolosi già ritirati.”*

Forse la frase “due pesi e due misure” risulta appropriata, seppure riduttiva...

*Uno dei tanti doni dell'autunno*

## Ippocastano: tesoro di sostanze attive



di Halyna  
Korniyenko  
Comitato  
scientifico  
di ND

L'aspetto più strano della abitudine popolare di portare in tasca, d'inverno, qualche castagna "matta" (come la chiamano in alcune regioni italiane), per prevenire raffreddori e disturbi invernali, è la sua diffusione, in diversi Paesi d'Europa, come ho potuto personalmente verificare, il che apre quantomeno ad una giustificata curiosità verso questi eleganti semi che ricordano quelli delle castagne "vere", anche più belli e lucidi, ma assolutamente non commestibili.

La "castagna matta", o "castagna d'India", o "ippocastano" (Конский каштан: Kanskiy kashтан, "castagna dei cavalli", dalle mie parti) scientificamente conosciuta come "Aesculus hippocastanum", è una pianta di origine caucasica, importata in Europa nel XVI secolo dai Turchi, oggi diffusa per motivi ornamentali nei viali di molte città, per l'imponenza degli alberi, alti fino a trenta metri. Si tratta di una fonte naturale di sostanze attive, utilizzate da sempre in Etnomedicina, in Fitoterapia, e presenti anche in diversi preparati farmaceutici: chi vo-

le, può divertirsi a cercare su qualsiasi motore di ricerca "farmaci a base di escina" (il termine "escina" è di diretta derivazione dal nome scientifico di questa pianta, "Aesculus" e, come vedremo, rappresenta il più importante principio attivo dei semi di Ippocastano), e certamente si stupirà, trovando marchi molto noti di preparati per insufficienza venosa, per fare solo un esempio.

Quanto ai cavalli, a cui il nome della pianta è legato, pare che semi di ippocastano, tritati e mischiati al mangime, avessero effetti sui sintomi delle malattie respiratorie invernali di questi animali, e da qui sembrerebbe nata l'abitudine di tenerne qualcuna in tasca, come accennavamo all'inizio.

### **COSTITUENTI CHIMICI E PROPRIETÀ FARMACOLOGICHE**

I semi di ippocastano contengono Escina, Glucosidi cumarinici (esculina), Flavonoidi (quercetina), Proantocianidine, Allantoina, Tannini





catechici e amidi, principi attivi caratterizzati da note proprietà farmacologiche, soprattutto in Angiologia, con particolare riferimento a disturbi di vene e capillari (insufficienza venosa periferica, varici e sindromi postflebitiche, emorroidi, fragilità capillare, “cellulite”).

L’escina, miscela di saponine triterpeniche, presenta riconosciute attività a livello dei vasi sanguigni:

- aumento del tono venoso e conseguente miglioramento del ritorno venoso;
- riduzione della permeabilità capillare e conseguente inibizione della filtrazione di acqua, elettroliti e proteine a basso peso molecolare attraverso i capillari;
- aumento della resistenza capillare;
- azione antiedemigena attraverso la rimozione di liquidi interstiziali accumulati;
- attività antiemorroidaria, confermata da studi scientifici;
- attività antinfiammatoria tramite inibizione della sintesi di citochine pro-infiammatorie.

In commercio sono disponibili molte preparazioni a base di escina, definite e standardizzate. In Etnomedicina non solo i semi della pianta

vengono utilizzati, per il trattamento locale di contusioni, distorsioni, lombalgie, ma anche preparazioni a base di foglie, quale rimedio contro tosse, artriti, reumatismi e altre patologie e disturbi. Per l’elevato contenuto in saponine, i semi erano un tempo frantumati e usati come detergente o come sgrassante per i capelli.

In Fitoterapia si utilizzano tintura madre (soluzione idroalcolica), gemmoderivati (soluzione idroglicericoalcolica o macerato glicerico), estratti secchi, creme e pomate.

In Omeopatia l’ippocastano è utilizzato per la preparazione di gocce orali, granuli e macerato glicerico, proposte soprattutto nel trattamento di emorroidi, vene varicose, ulcere venose.

Sempre fondamentale è l’utilizzo interno solo sotto controllo medico, trattandosi di preparati potenzialmente correlabili a reazioni avverse indesiderate: per la presenza di saponine, ad esempio, possono sopravvenire irritazione gastrica e disturbi gastro-intestinali; va inoltre sempre evitata l’associazione con farmaci anticoagulanti ed antiaggreganti piastrinici, per possibili interazioni.

*Natura e Tecnologia*

# Ioniterapia tissutale: ricarica vitale



**Massimo  
Enrico  
Radaelli,**  
Direttore  
scientifico ND

## VITA E ENERGIA

Senza minimamente entrare in considerazioni filosofiche e, tantomeno, religiose, da un punto di vista strettamente scientifico la Vita, come la conosciamo su questo pianeta, è un flusso costante di energia che viene dal Sole, sotto forma di luce, che attraverso la fotosintesi clorofilliana e le catene alimentari si diffonde in individui in grado di replicarsi, in modo che, alla fine di ogni percorso individuale, il flusso energetico continui comunque (voglio citare in proposito il noto aforisma di Pasquale Ferorelli, il Fon-

datore della Enzimologia biodinamica: “*La trasformazione dell’energia è la primaria funzione degli esseri viventi*”). Ogni singolo essere vivente, con la sola eccezione dei batteri, che si moltiplicano per divisione, ha quindi un inizio e una fine, manifestandosi quest’ultima con la cessazione del flusso di energia che caratterizza la morte. Anche durante il percorso vitale, peraltro, situazioni che definiamo “malattie” o “patologie”, e disturbi vari, influiscono sullo stato di salute e benessere degli individui. Esiste un “denominatore comune” in queste realtà,







che costituiscono l'argomento fondante delle scienze biomediche? La risposta è affermativa: accanto a situazioni biochimiche di *disequilibrio enzimatico* (ogni patologia è riconducibile ad una enzimopatia secondaria: ne parleremo presto sulla rivista), sul piano termodinamico il denominatore comune è rappresentato dal *disequilibrio energetico*, in grado di provocare autentici "vuoti" di energia, a livello sistemico o locale.

## **IONI NEGATIVI: ENERGIA VITALE DELLA TERRA**

L'energia biologica, derivante dalla ossidazione degli alimenti, si diffonde in un contesto comunque elettrico: gli elettroni, cariche negative delle strutture atomiche e molecolari, non "viaggiano" come tali ma utilizzando molecole elettricamente cariche, che prendono il nome di "ioni negativi", in contrapposizione a "ioni positivi" in cui le cariche positive (protoni) preponderano su quelle negative. Il concetto di malattia quale carenza elettronica si sovrappone perfettamente a quello, molto noto, di "acidosi", generale o locale (un ambiente acido è, per definizione, caratterizzato da protoni in eccesso sugli elettroni) e giustifica pienamente le strate-

gie enzimologiche biodinamiche atte a modificare il metabolismo incrementando la funzione mitocondriale, aerobica (Catena respiratoria/ Fosforilazione ossidativa), rispetto alla glicolisi anaerobica, molto meno efficace e fonte di acidosi metabolica a causa della formazione di acido lattico.

Il nostro pianeta è paragonabile ad un grande magnete carico negativamente, in grado di trasmettere energia per contatto: basterebbe passeggiare a piedi nudi su un prato o lungo la battigia del mare, "per ricaricarci", come un tempo era usuale ai nostri antichi progenitori, cosa praticamente impossibile ai tempi d'oggi, se non volendolo (e potendolo fare), a causa della consuetudine di indossare scarpe con suola isolante dalla terra. La "disconnessione" dalla terra è indiscutibilmente causa di disturbi e patologie, incrementati dalla sedentarietà, viceversa la situazione che si viene a realizzare "connettendoci" al suolo induce rapidamente sensazioni ed effetti benefici: la qualità del sonno sonno migliora, si normalizzano i bioritmi, aumenta l'energia, cala lo stress, si riducono i dolori cronici, e praticamente vengono a migliorare segni e sintomi delle più varie patologie, anche di carattere endocrino.

## SEDENTARIETÀ E IONITERAPIA TISSUTALE

La pratica di passeggiare a piedi nudi nella Natura, nota come “Earthing”, è stata validata da ricerche universitarie ma può trovare oggettive difficoltà di realizzazione; basterebbe comunque, quantomeno, una regolare attività fisica, anche una semplice passeggiata quotidiana, non impegnativa, notoriamente essenziale per la salute e per il benessere, perché la vita è movimento, il suo contrario è stasi.

Esistono però situazioni, transitorie o croniche, in cui, per problematiche oggettive o soggettive, ciò non è possibile: pensiamo non solo a malati o anziani indeboliti, ma anche a soggetti inchiodati per ore al computer, in situazioni ambientali o familiari che impediscono di “staccare”, anche solo per poche decine di minuti. L’alternativa esiste ed è assolutamente naturale: si chiama Ioniterapia tissutale, realizzabile non invasivamente con apparecchiature in grado di trasferire flussi di ioni negativi.

La vita è movimento, si diceva, e lo è anche a livello cellulare e tissutale, un costante flusso di

energia: proprio ciò che consente la Ioniterapia, che veicola nel nostro corpo elettroni, cioè vita, sotto forma di ioni negativi, anche mentre siamo seduti alla scrivania (bastano un bracciale e un tappetino, per consentire il flusso ionico). La mia intente essere una testimonianza personale: impigrito da stesure di testi, approfondimenti e videoconferenze, ero arrivato a constatare di passare seduto alla scrivania la massima parte della giornata lavorativa, con evidenti riflessi negativi in termini di affaticamento quando dovevo necessariamente camminare o fare le scale, ovviamente anche a causa dell’età (amo dire di essere “diversamente giovane...”). Ho voluto quindi provare a tenere in funzione l’apparecchiatura portatile di Ioniterapia per diverse ore, seduto al computer (bracciale al polso sinistro, tappetino sotto le cosce, all’estremità del sedile della poltrona): in pochi giorni la sensazione fu come di “scioglimento”, di liberazione dalla “ruggine muscolare” che percepivo, e ora non posso oggettivamente farne a meno. Un sostituto dell’attività fisica? Certamente no, ma altrettanto certamente un eccellente aiuto a chi, per qualsiasi motivo, non possa praticarla.





**SCONTI autunnali**  
**tutto al 50%**  
**Preparati per l'inverno!**

**CONFEZIONE**  
**PLASTIC FREE**  
**SENZA GLUTINE**

**Vitamix LIFE**  
*Natural health*

*Integratori e vitamine dalla Natura*

Linea di integratori naturali energizzati con biofrequenze secondo un sistema brevettato di biorisonanza



**ORDINA SUBITO ON LINE**

- [vitamixlife.com](http://vitamixlife.com)
- [Vitamix Life](#)
- [vitamix\\_life](#)



*Acqua: il bene più prezioso*

# Acqua: istruzioni per l'uso



di **Valter Manzoni**,  
Direttore  
Generazione  
Ambiente

L'acqua è fonte di vita, al tempo stesso, peraltro, malattie infettive e svariate patologie croniche, possono essere frequente conseguenza dell'assunzione di acqua "contaminata" che, contrariamente a molte credenze popolari diffuse, non può certamente essere "ripulita" con una semplice bollitura: al contrario, l'evaporazione concentrerà le sostanze tossiche in un volume di liquido minore.

In questo breve articolo cercheremo di dare indicazioni pratiche per contrastare il crescente problema della contaminazione idrica, diretta conseguenza di un inquinamento ambientale

strettamente connesso alle attività umane..

Esistono centinaia di migliaia di sostanze inquinanti potenzialmente presenti nell'acqua, classificabili in modo semplice in tre categorie:

- 1. inquinanti fisici**, legati alle emissioni di radiazioni,
- 2. inquinanti chimici**, che derivano da una miriade di sostanze come arsenico, cromo e vari metalli pesanti.
- 3. inquinanti biologici**, rappresentati da batteri, virus, funghi e altri microrganismi patogeni.





## QUANDO L'ACQUA DIVENTA UN FATTORE PROTETTIVO

Se l'acqua è pura, libera da agenti nocivi e tossici, si trasforma nel migliore alleato.

È infatti capace di favorire il corretto funzionamento degli organi "emuntori", a cui va il compito di disintossicare e ripulire l'organismo. Le acque in bottiglia e quelle del rubinetto possono creare fastidi, non solo per gli inquinanti, ma anche per la quantità di minerali che contengono, solitamente indicate dal parametro del cosiddetto "residuo fisso" (vedi oltre).

Questo deve essere sottoposto a un'analisi approfondita e qualitativa, capace di determinare quali sono gli elementi non in grado di evaporare e quindi di apportare meno benefici per l'organismo umano.

Anche la "durezza" dell'acqua (vedi oltre) va tenuta in considerazione: quelle "dure", ricche di sali a bassa solubilità, sono controindicate per chi ha problemi alle vie renali e tende a sviluppare calcoli.

Le acque "leggere", invece, favoriscono la diuresi e l'eliminazione di metalli pesanti grazie alla loro alta capacità solvente. In generale, il grado ottimale di durezza dell'acqua è compreso tra 15 e 50°f (gradi francesi).

## QUALE ACQUA BERE?

L'acqua migliore per l'organismo umano è quella che subisce un processo di osmosi inversa. Grazie a membrane in poliammide, con pori di 0,0001 micron, questo fenomeno è in grado di separare il liquido puro da tutti gli inquinanti come pesticidi, idrocarburi, solventi, metalli pesanti e sostanze radioattive. Ciò che si ottiene è un'acqua simile a quella distillata, che viene infine "remineralizzata" aggiungendo una percentuale di acqua microfiltrata. Oppure la si può arricchire con sali di calcio e magnesio rilasciati da apposite cartucce, i quali ne determinano la durezza complessiva. Per concludere, grazie al processo di osmosi inversa è possibile liberare



l'acqua del rubinetto da ogni sostanza non idonea per l'organismo umano (con un'efficienza del 99%) e utilizzarla sia per bere che per cucinare.

## OSMOSI INVERSA: COSA SI INTENDE PER ACQUA PURIFICATA AD OSMOSI INVERSA

L'acqua è la componente principale del nostro corpo, a cui spetta il compito di trasportare sostanze nutritive vitali per le cellule. Si tratta dell'ingrediente più importante in ogni alimento e, per questo motivo, è necessario consumarne una di qualità. Quando ci troviamo in presenza di un liquido entrato in contatto con sostanze "aggiunte" durante il suo percorso dall'acquedotto al rubinetto di casa (come agenti chimici usati in agricoltura, metalli pesanti e residui rilasciati da tubature obsolete), si rende necessario depurarla con un purificatore, capace di renderla più salutare e gradevole. Ricorrere all'osmosi inversa si rivela la scelta più indicata, poiché si tratta di una tecnica meccanica molto efficace per rendere potabile l'acqua ed eliminare ogni sostanza aggiunta. Ma come funziona questo processo? L'osmosi è il passaggio spontaneo di un solvente da una soluzione in cui i soluti sono più diluiti a una in cui si trovano più concentrati. Entrando in contatto tra di loro, i soluti si mescolano fino a raggiungere una concentrazione uniforme e lo fanno grazie a una membrana semipermeabile, che lascia passare attraverso di sé il liquido con maggiore concentrazione di solidi dissolti. Al termine del processo, l'altezza dell'acqua sarà maggiore da un lato della membrana. La differenza di altezza fra i due soluti è detta "pressione osmotica", mentre l'osmosi inversa si raggiunge esercitando una pressione ancora superiore, liberando così il liquido da

ogni residuo e ottenendo, al termine del processo, un'acqua pura e potabile.

## COME SI CLASSIFICA L'ACQUA

Esistono diversi parametri che consentono di definire la sua qualità. Ecco i più importanti.

- **Residuo fisso:** è un valore con cui vengono classificate le acque minerali e, in generale, quelle potabili. In sostanza si tratta della quantità di componenti solide perfettamente secche che restano all'interno di una capsula di platino dopo aver lasciato evaporare dell'acqua alla temperatura di 180°C. Questo parametro, espresso in milligrammi/litro, deve essere mantenuto basso. Gli impianti di purificazione consentono di tenerlo tra 20 e 50, con possibile regolazione di salinità.
- **Conducibilità:** indica il grado di mineralizzazione. Maggiore è la quantità di sali minerali e sostanze disciolti nell'acqua, tanto più alta sarà la sua conducibilità elettrica.
- **Durezza:** indica la concentrazione totale di Calcio e Magnesio nell'acqua, ovvero la sua quantità di "calcare" e permette di classificare il liquido secondo questi indici: **-acque molto dolci:** fino a 7 °f **-acque dolci:** da 7 °f a 14 °f **-acque mediamente dure:** da 14 °f a 22 °f **-acque discretamente dure:** da 22 °f a 32 °f **-acque molto dure:** da 32 °f a 54 °f **-acque dure:** oltre 54 °f

## QUALE ACQUA UTILIZZARE PER CUCINARE

La preparazione dei cibi andrebbe sempre effettuata utilizzando acqua minerale e lo stesso vale per tè, caffè e tisane. In presenza di acqua di bassa qualità, il processo di bollitura è in grado di uccidere i microrganismi, ma non permette di eliminare nessuna sostanza inquinante. Per risolvere il problema e impiegare solamente acqua di qualità, è consigliabile utilizzare un purificatore domestico. Un grande vantaggio per la salute e per apprezzare il sapore autentico del cibo, che permetterà di cucinare e lavare frutta e verdura in completa tranquillità.

## TEST DELL'ACQUA, COME SCOPRIRE CHE COSA BEVIAMO NELLE NOSTRE CASE

L'acqua è l'ingrediente fondamentale della nostra vita, motore principale per il benessere



psico-fisico dell'organismo. Ecco come capire se quella che consumate è pura e di qualità. Il percorso dell'acqua, dagli acquedotti dei comuni fino al rubinetto di casa, è lungo e articolato. Se la garanzia che si tratti di una sostanza pura e controllata è una certezza nella prima parte del suo "viaggio" (subisce infatti numerosi controlli quando lascia l'acquedotto per essere trasportata all'interno delle abitazioni) non è possibile avere la stessa sicurezza a proposito degli impianti dei singoli edifici. È proprio nell'ultima parte del suo viaggio che il liquido può entrare in contatto con sostanze potenzialmente dannose, colpevoli di renderla, nel breve come nel lungo periodo, dannosa per tutta la famiglia. La qualità dell'alimentazione, infatti, è profondamente legata alla purezza dell'acqua consumata direttamente o con la quale si cucina. Il corpo umano ne è costituito per il 70% e ogni reazione metabolica vi è strettamente connessa. Dalla termoregolazione, alla circolazione del sangue, all'assorbimento di tutte le sostanze assunte attraverso l'alimentazione, fino all'eliminazione di scorie e tossine provenienti dall'esterno o prodotte dallo stesso organismo.

L'acqua potabile racchiude l'essenza stessa del benessere, per questo deve essere pura e priva di sostanze tossiche come fibre di amianto, pesticidi e metalli pesanti. Per comprenderne la qualità, fino a pochi decenni fa, ci si basava solamente su analisi organolettiche, ovvero sulla sua valutazione tramite vista, olfatto e gusto, determinando in maniera superficiale se l'acqua fosse limpida, incolore, inodore e insapore.

Questo non è chiaramente sufficiente, perché due bicchieri d'acqua all'apparenza identici possono avere conseguenze nettamente diverse per l'organismo umano. Appare quindi chiaro come l'acqua potabile possa non essere considerata salutare dal punto di vista medico, se non sia priva di qualsiasi contaminante tossico responsabile di effetti acuti e cronici, ovvero visibili sia nel breve che nel lunghissimo periodo. Ecco perché è fondamentale conoscere la qualità dell'acqua che sgorga dal rubinetto della propria abitazione e, nel caso in cui si tratti di un liquido di bassa qualità, intervenire immediatamente per renderlo migliore. Grazie al test dell'acqua messo a disposizione gratuitamente da Acqualife, è possibile conoscere rapidamente la qualità della propria acqua del rubinetto e capire se quello che vi scorre all'interno è un liquido puro e leggero, idoneo per cucinare e da consumare in totale sicurezza. La valutazione di parametri come la durezza e la conducibilità dell'acqua, così come il Ph e il residuo fisso, permettono, a colpo d'occhio, di comprendere se la propria acqua è ottimale alle esigenze della famiglia. In questo modo sarà semplice decidere come intervenire per migliorarne la qualità, scegliendo di installare un purificatore domestico che vi permetterà di non dipendere più dall'acqua in bottiglia, con un notevole abbattimento di costi e un beneficio per l'ambiente.

*Per gentile concessione di "Generazione Ambiente" - [www.liberidallaplastica.it](http://www.liberidallaplastica.it)*



# Alla scoperta della vitamina B3

## CHE COS'È LA VITAMINA B3?

Il termine Vitamina B3 è attualmente usato per riferirsi a una famiglia di vitamine che comprende tre forme o vitameri:

- **Niacina** (acido nicotinico),
- **Nicotinammide** (niacinammide),
- **Nicotinammide riboside** (identificata come una forma di vitamina B3 nel 2004).

La vitamina B3 è un fattore essenziale che deve essere presente a livelli adeguati in una sana alimentazione.

All'inizio del 20° secolo, la carenza di vitamina B3 venne individuata per la prima volta nel sud degli Stati Uniti come la causa della cosiddetta 'Pellagra', patologia frequente tra le popolazioni che facevano esclusivo uso della polenta di sorgo o di mais come alimento base.

Tutte e tre le forme di vitamina B3 vengono convertite all'interno dell'organismo in **nicotinammide adenina dinucleotide** (NAD).

Il NAD è un coenzima che si trova in tutti i tipi di cellule viventi, dai batteri all'uomo. Presente sia nel citoplasma che nel nucleo. Questa speciale molecola svolge un ruolo importante nei processi biochimici che convertono i nutrienti in energia all'interno dei mitocondri. Inoltre, il NAD protegge i tessuti dai radicali liberi, interviene in numerosi processi di supporto alla risposta immunitaria, partecipa a reazioni di riparazione del DNA e può contribuire a mantenere l'organismo in buona salute più a lungo.

Il corpo umano produce NAD dalla vitamina B3 fornita dalla nostra alimentazione, ma la maggior parte del NAD nel nostro organismo (la quantità totale è di circa 3 grammi nella persona media) è in un continuo stato di sintesi, degradazione e riconversione.

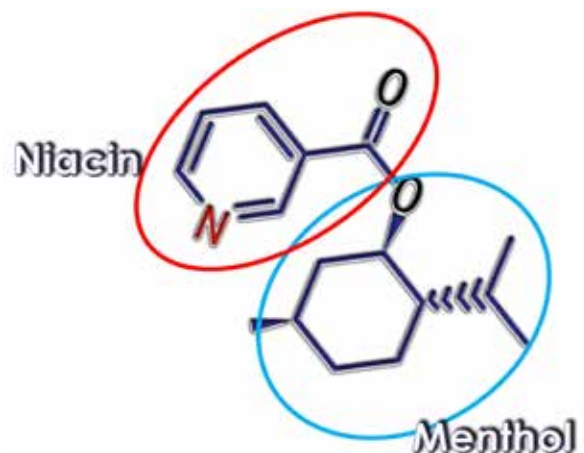
Il NAD è una delle molecole più importanti ed essenziali nel metabolismo energetico cellulare. Partecipa a più di 500 reazioni enzimatiche e svolge un ruolo chiave nella regolazione di quasi tutti i principali processi biologici, comprese le nostre risposte immunitarie e la riparazione del DNA contro i danni causati da agenti patogeni, sostanze chimiche aggressive o radiazioni.

## "NO B3 – NO NAD"

La carenza di vitamina B3 e, conseguentemente, di NAD può provocare eventi intracellulari critici che possono condurre a perossidazione lipidica, stress ossidativo delle membrane cellulari e sub-cellulari, invecchiamento cutaneo precoce, eritemi, irritazioni, fino a conseguenze ancor più gravi, come ad esempio danni irreversibili al DNA cellulare, perdita di integrità della barriera cutanea, mutazioni, soppressione immunologica, cheratosi attinica, tumori della pelle. Uno studio pubblicato il 23 marzo 2020 sulla prestigiosa rivista *Nature* (*Infezione da COVID-19: le prospettive sulle risposte immunitarie*, Yufang Shi et al.) ha evidenziato come la vitamina B3 sia un efficace coadiuvante antinfiammatorio persino nella profilassi e nel trattamento dei danni ai tessuti polmonari in pazienti affetti da COVID-19.

## NICOMENTHYL®: UNA NUOVA MOLECOLA DI DERIVAZIONE NATURALE AD ALTA CESSIONE PERCUTANEA DI VITAMINA B3 CON ATTIVITÀ NAD-BOOSTER

Il Nicomenthyl (Mentil nicotinato) è un ingrediente cosmetico ad elevato grado di purezza (>99%), ottenuto grazie ad un particolare processo di sintesi brevettato dall'azienda italiana



Struttura molecolare del Mentil nicotinato.

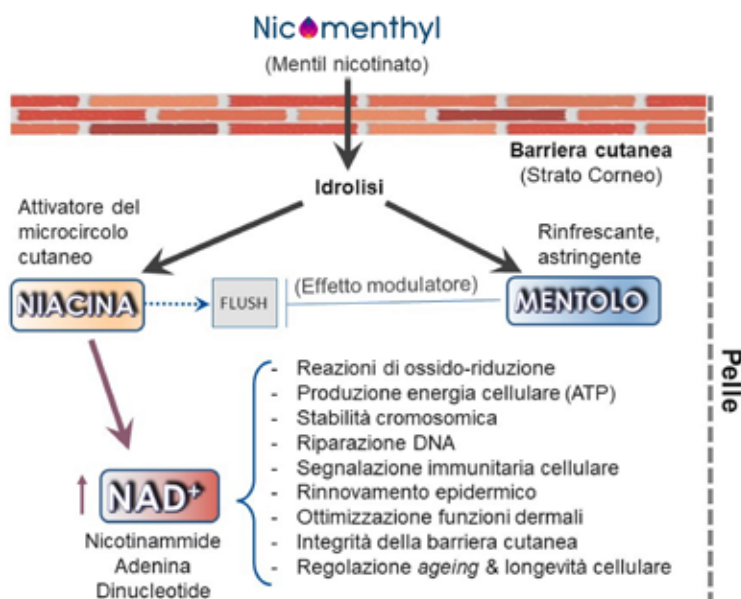


Multichem R&D Srl. È il prodotto della reazione chimica tra due componenti naturali: **mentolo e niacina**.

Il Nicomenthyl è rapidamente assorbito attraverso la barriera cutanea e lentamente idrolizzato dall'esterasi della pelle nei suoi costituenti originali: niacina e mentolo.

Accurati test in vitro hanno dimostrato che il Nicomenthyl è un potente attivatore del NAD (**NAD-booster**), e pertanto fondamentale nel favorire la protezione della pelle contro l'azione dannosa di diverse categorie di agenti esterni, come virus, batteri, composti chimici ossidanti, particellati inquinanti, radiazioni UV, luce blu, onde WIFI, ecc.

In ambito cosmetico, l'utilizzo della vitamina B3 è stato finora limitato dalla sua natura idrofila (solubile in acqua) e conseguente scarsissima penetrazione transdermica. Il Nicomenthyl, essendo una sostanza lipofila (solubile nei grassi), rappresenta in tal senso una vera e propria rivoluzione: numerosi studi in vitro e in vivo hanno infatti dimostrato il suo alto grado di penetrazione attraverso la barriera cutanea e la sua conseguente alta cessione di niacina nella pelle, fattori questi che lo rendono un ingrediente ideale in applicazioni ad uso topico destinate a svolgere un'azione protettiva e detox. La sua azione vasoattiva modulata permette un'efficace eliminazione delle tossine accumulate nel distretto cutaneo oltre che un maggiore nutrimento dei tessuti interessati.



**Meccanismo di azione del Nicomenthyl**

## NON SOLO COSMETICA

### In campo preventivo:

Studi recenti hanno evidenziato l'efficacia di Nicomenthyl come coadiuvante in dispositivi medici destinati alla protezione delle mucose orali o nasali contro agenti esterni, come virus e batteri.

### In campo sportivo e riabilitativo:

La loro ottima performance vasoattiva rende i preparati a base di Nicomenthyl alleati ideali di tutte le tecniche di massaggio terapeutico e dei dispositivi destinati al potenziamento della circolazione sanguigna. L'effetto OND (Ossigenazione- Nutrimento-Detox) del Nicomenthyl coadiuva la manualità e l'effetto meccanico esercitato sulla parte trattata.

## MULTICHEM R&D

### SPECIALISTI DELLA VITAMINA B3 TRANSDERMICA

Multichem R&D si dedica alla ricerca e allo sviluppo di prodotti e tecnologie che spaziano dalla dermo-cosmesi ai dispositivi medici. Dopo avere sviluppato un vasto e approfondito know-how al riguardo del Mentil nicotinato e delle sue numerose applicazioni, il dott. Gabriele Segalla, direttore scientifico e CEO della Multichem R&D ha brevettato il metodo di sintesi industriale della molecola. Numerose formulazioni a base di Mentil nicotinato sono attualmente commercializzate a livello internazionale da importanti società italiane e straniere.

Per consultare la documentazione scientifica visita [www.multichem.it](http://www.multichem.it)



*Evoluzione della materia biologica*

# C'è altra vita al di là della Terra?



di Halyna  
Korniyenko  
Comitato  
scientifico  
di ND

**COSMOGONIA ED EVOLUZIONE**

Le più antiche teorie cosmogoniche, cioè relative alla nascita e all'evoluzione dell'universo, percepibile in cielo agli occhi stupiti dei nostri progenitori, nella luminosità solare diurna e nelle infinite luci della notte, prevedevano tutte la centralità della Terra (Geocentrismo), correlatamente ad una visione antropocentrica della Natura stessa: basti pensare al mito di Atlante, che sosteneva sulla testa il mondo, o di Amaltheia, la capra che allattò Zeus, il futuro Re delle divinità dell'Olimpo greco, dal cui latte, caduto in terra, sarebbero nati i gigli, mentre le gocce schizzate in alto avrebbero formato la Via Lattea, che oggi sappiamo essere una galassia...

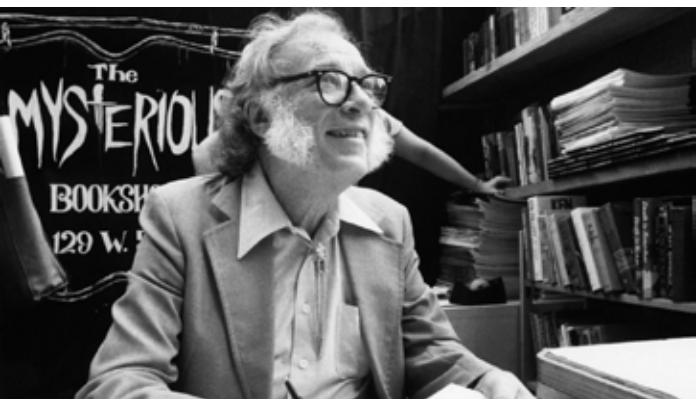
Da quando ("Rivoluzione copernicana" rispetto al geocentrismo tolemaico) l'umanità scopri di non essere il centro dell'Universo, essendo altresì la Terra solo un'estrema e minuscola periferia dello stesso, la domanda che ha sti-

molato scienziati, pensatori, narratori e gente comune è stata, ed è, se altre forme di vita intelligente possano essere presenti nelle infinite "culle" che la nostra ed altre galassie potrebbe ospitare.

Diffuse teorie circa l'origine "siderale" della Vita sul nostro pianeta hanno alimentato per millenni religioni e miti, dissertazioni filosofiche e ipotesi scientifiche, e un episodio di qualche decennio fa sembra avere dato nuova consistenza a questi scenari: era il 28 settembre del 1969, quando, a Murchison, località australiana a circa 160 chilometri a nord di Melbourne, cadde un meteorite che si rivelò all'analisi essere caratterizzato dalla presenza di una matrice prevalentemente organica, con oltre 70 differenti amminoacidi, le "mattonelle" delle proteine, compresi gli enzimi, le molecole che sono alla base della vita terrestre.

Amminoacidi arrivati intatti all'interno del-





la massa del meteorite nonostante le altissime temperature raggiunte durante l'attraversamento dell'atmosfera del nostro pianeta, quasi come se si trattasse di una "inseminazione" biologica che potrebbe essere avvenuta nella notte dei tempi, miliardi di anni fa, e teoricamente ancora continuare nell'universo.

Nei giorni in cui lavoravo a questo articolo, arrivavano sulla terra, dopo un viaggio durato sette anni, 250 grammi dell'Asteroide Bennu, uno dei più antichi e ricchi di carbonio del nostro Sistema solare, tramite una capsula rilasciata dalla sonda Osirix-Rex, atterrata "dolcemente", con un paracadute, nel deserto dello Utah lo scorso 24 settembre: altre informazioni sono quindi sicuramente in arrivo circa la possibile "inseminazione" di materia quantomeno pre-biologica, in un Universo in cui sembra sempre meno probabile essere soli...

## ALLA RICERCA DI PIANETI SIMILI ALLA TERRA

Vita simile alla nostra, ovviamente, che non può prescindere dalla presenza di acqua: nessuna reazione biochimica può infatti avvenire al di fuori dell'ambiente acquoso allo stato liquido, quindi anche con precisi e ristrettissimi ambiti di temperatura.

Nel mese di febbraio del 2017 circolò la notizia che tutti aspettavano: a "due passi" da noi (si fa per dire, trattandosi di 39 anni-luce), era stato scoperto un "sistema solare" molto simile al nostro, dove la stella centrale fu battezzata "Trappist-1, una "nana rossa" ultrafredda.

Come sempre la fantasia dell'uomo ha comunque preceduto la scienza: da Jules Verne a Howard P. Lovecraft, ad Isaac Asimov e tanti altri scrittori, fino alla saga di "Guerre stellari" e dei suoi epigoni, mondi lontani ed intelligen-





ze aliene hanno affascinato intere generazioni e l'annuncio di febbraio di un "sistema solare" quasi gemello, in "fascia di abitabilità", pubblicato *on line* da "Nature" dopo la conferenza stampa della NASA, è destinata a generare con ogni probabilità, oltre a ricerca scientifica, anche una serie infinita di racconti e romanzi, capaci di proiettare in mondi lontani le nostre paure e le nostre certezze. Già un anno prima, peraltro, erano stati individuati tre pianeti in orbita intorno a Trappist-1, ma in seguito Michael Gillon, dello STAR Institute dell'Università di Liegi e i suoi collaboratori, annunciarono di

avere osservato il transito orbitale di sette pianeti, di cui sono state identificate dimensioni, composizione chimica ed orbita. Di questi sei sono con alta probabilità rocciosi, con temperature paragonabili a quelle terrestri. Trappist-1 presenta dimensioni piccolissime, poco più grandi di quelle di Giove e pari a meno del 10% di quella del Sole, ed è localizzato in prossimità della costellazione dell'Acquario, essendo, come tutte le nane rosse, pochissimo luminosa. Amaury Triaud, del gruppo di Gillon, aggiunse che *"perché sia possibile la presenza di acqua liquida, i pianeti dovrebbero avere un'orbita*

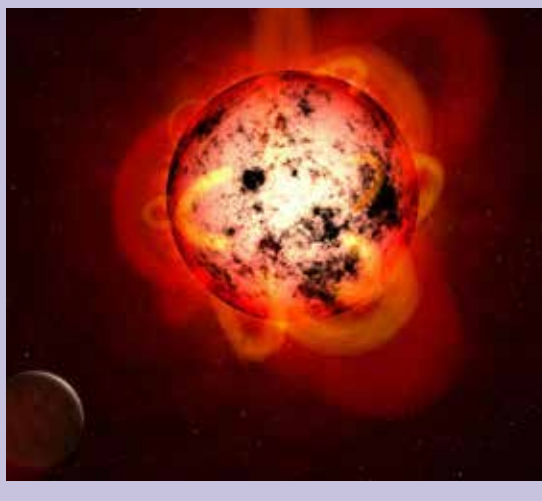




*molto più vicina alla stella rispetto a quelli del nostro Sistema Solare, proprio il tipo di configurazione che abbiamo riscontrato intorno a Trappist-1*". Il secondo, terzo e quarto pianeta in ordine di distanza dalla stella ricevono energia dal loro "sole" in quantità paragonabili a quelle che rispettivamente ricevono Venere, Terra e Marte.

Teoricamente, secondo gli scienziati, tutti i pianeti di Trappist-1 potrebbero avere acqua allo stato liquido, i tre pianeti più interni, però, avrebbero probabilmente temperature troppo elevate e l'eventuale presenza di acqua liquida sarebbe limitata a piccole aree della superficie, mentre il pianeta più lontano da Trappist-1, di cui non è ancora nota con precisione la distanza orbitale, potrebbe essere troppo freddo. I tre pianeti centrali (Trappist 1-e, Trappist 1-f, Trappist 1-g) risultano teoricamente "abitabili" e potrebbero sempre in teoria contenere oceani di acqua. La notizia ha comprensibilmente acceso gli entusiasmi degli astronomi e scatenato le dissertazioni fra creazionisti ed evolucionisti sul grande tema della comparsa della Vita. La scoperta è stata possibile grazie alle osservazioni effettuate da svariati telescopi, a partire da quelli dell'European Southern Observatory, localizzato in Cile e dal telescopio spaziale Spitzer della NASA. Una nuova generazione di telescopi, come il James Webb Space Telescope, previsto entro un anno, e l'EELT (European Extremely Large Telescope) che dovrebbe essere approntato entro il 2024 metterà gli scienziati nella condizione di verificare la presenza di acqua e di segni di vita. *"E' un sistema planetario sorprendente"*, ha commentato Michael Gillon, *"non solo perché abbiamo trovato così tanti pianeti, ma perché sono sorprendentemente simili alla Terra"*.

Le "nane rosse sono stelle piccole e relativamente fredde, le più diffuse nell'Universo, rappresentando dal 70 all'80% di tutte le stelle presenti nella Via Lattea, presumibilmente, quindi, le più diffuse dell'intero Universo. Hanno masse non superiori al 40% rispetto a quella del nostro Sole, masse-limite per poter definire stelle questi corpi celesti, comunque molto più grandi di un pianeta, visto che al di sotto di questo limite non avrebbero le condizioni di temperatura e pressione tali da innescare la fusione dell'idrogeno in elio. A causa della loro bassa luminosità (da un decimillesimo ad un decimo della massa solare) le nane rosse non sono facilmente osservabili al telescopio e risultano completamente invisibili ad occhio nudo.



## IL FENOMENO-VITA

L'acqua allo stato liquido è fondamentale per lo sviluppo della vita come la conosciamo, per questo i pianeti in "fascia di abitabilità" sono perfetti per ricercare forme di vita aliene.

La vita, sempre come la conosciamo, è la risultante della straordinaria confluenza di due fattori chimico-fisici: la struttura dipolare dell'acqua e la valenza teraedrica dell'atomo di carbonio, e potrebbe essere definita, in estrema sintesi, come un immane flusso energetico che si nutre della morte del Sole, transitando attraverso la fotosintesi clorofilliana e le catene alimentari che legano i viventi: energia solare che si trasforma nei cloroplasti in energia di legame chimico, "montando insieme" acqua e CO2 in un processo che forma glucosio e ossigeno, secondo la ben nota reazione fotosintetica che



alimenta la vita nel nostro pianeta, energia di legame che poi viene utilizzata da piante ed animali per sostenere tutti i processi vitali.

Ci sembra utile utilizzare queste nozioni per dare un senso nuovo a tante affermazioni concernenti, ad esempio, il concetto di “acidosi”: il pH è il logaritmo cambiato di segno (antilogaritmo) del valore di concentrazione di idrogenioni ( $H^+$ : protoni): quando scende significa che atomi di idrogeno hanno perso elettroni. Se la vita è un flusso elettronico acidosi significa quindi un suo “rallentamento”, spiegabile con l’esaurirsi dei meccanismi metabolici aerobici, mitocondriali, a vantaggio della trasformazione per via glicolitica, meno efficiente sul piano energetico e accompagnata da produzione di acido lattico, come evidenziabile nel modello estremo di fisiologia umana rappresentato dalla prestazione sportiva.

Queste considerazioni portano ad una conclusione generale: la Natura è maestra e qualsiasi approccio medico deve tenerne debito conto, in ossequio al famoso aforisma ippocratico: “*Medicus curat sed vis medicatrix Naturae sanat*” (il Medico cura ma è la forza “medicatrice” della Natura che porta a guarigione).  
Natura docet...





# PRENDITI CURA DI TE, DELLA TUA CITTÀ E DELL'AMBIENTE

**LiberiDallaPlastica**<sub>APS</sub>

L'iniziativa di Liberi Dalla Plastica parte da un obiettivo: quello di ridurre il più possibile la produzione di materie plastiche nel luogo in cui viviamo.



# 1



## PROGETTO RISERVATO AI COMUNI E ALLE PUBBLICHE AMMINISTRAZIONI SENSIBILI E ATTENTI ALLE PROBLEMATICHE LEGATE ALL'AMBIENTE

L'obiettivo di questo progetto è eliminare la plastica (in particolare le bottigliette in PET) dalle case per ridurre potenziali fattori inquinanti e valorizzare il territorio, migliorando la qualità della vita di tutti i cittadini. Tra i vantaggi dell'iniziativa, oltre ad avere a disposizione acqua leggera e salutare direttamente dal rubinetto, c'è un notevole risparmio sull'economia domestica.



# 2

## PROGETTO DEDICATO ALLE AZIENDE ETICHE E AMICHE DELL'AMBIENTE

Nell'ambito di questa collaborazione, l'Associazione e l'Azienda metteranno a disposizione dei dipendenti che ne faranno richiesta un purificatore omaggio, grazie al quale sarà possibile ottenere un'acqua leggera evitando di acquistare e mettere in circolazione inutili bottiglie di plastica.



# 3

## PROGETTO DEDICATO ALLE SCUOLE AMICHE DELL'AMBIENTE

L'obiettivo è quello di sensibilizzare le nuove generazioni sul problema dell'inquinamento da plastica facendole diventare portavoce di uno stile di vita più sostenibile. A questo scopo l'associazione organizzerà attività didattiche, donando agli studenti delle scuole aderenti una borraccia BPA free e omaggiando con un purificatore d'acqua ogni famiglia degli alunni che ne fa richiesta.



**Scopri come:**

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

@ [info@liberidallaplastica.it](mailto:info@liberidallaplastica.it)

f [LiberiDallaPlasticaAPS](#)

ig [liberidallaplasticaaps](#)

in [Liberi Dalla Plastica](#)

**#stop alla plastica**





a cura di **Claudia Amadesi**  
*Artista*

### Energia e luce

Dopo un lungo periodo di quadri materici bianchi raccolti in White Collection, vorrei mostrarvi un nuovo dipinto che ha ricevuto tanti consensi sui social, ma che in realtà non ancora stato esposto. L'idea è nata per una sfida, un concorso al quale ho partecipato. La realizzazione dell'opera prevedeva l'utilizzo dell'alluminio come elemento primario. Devo dire che all'inizio avevo pensato a tutt'altro, perché anche se tante idee possono essere realizzate, vanno valutate dal punto di vista pratico. Non avendo esperienza con questo tipo di materiale ho pensato di realizzare un'opera che si avvicina un



po' alla realtà del mio territorio: la lavorazione del metallo. In passato ho visto tante immagini e creato brochure con questo tipo di procedimento, così ho cercato di stilizzare un'immagine che avevo nella mia testa: i nastri di metallo che vedevo sotto alle presse o alle cesoie negli scatti fotografici. Il metallo lucente e freddo che da sempre mi affascina. Il problema era capire se sarei riuscita a creare un tutt'uno fra lastra e materiali per rendere il quadro-scultura un pezzo da collezione. Così, dopo aver fatto qualche prova su delle piccole lastre di alluminio, ho dato vita a: "Energia e luce" opera monocromatica dove il segno e il disegno sono totalmente in simbiosi. La luce disegna linee sinuose in un gioco quasi tridimensionale e crea una visione d'insieme di energia e movimento. Fasci luminosi di alluminio grezzo, si plasmano e si estendono. Di fronte al quadro, lo spettatore può vedere o immaginare la nascita e la lavorazione dell'alluminio in nastri che si snodano liberamente, creando effetti ottici luminosi differenti. L'opera, tono su tono, è realizzata anche con il supporto di pigmenti e foglia di alluminio. Il risultato è arrivato come speravo, infatti il quadro è anche giunto in semifinale, anche se sapevo che il mio lavoro non era principalmente in alluminio e non avrebbe



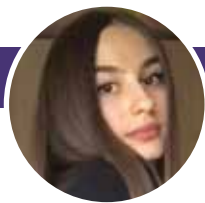


vinto. La spinta finale è stata la scelta della cornice metallizzata a specchio. Sono davvero felice di mostrare il dipinto di arte moderna in tutta la sua lucentezza e splendore, in attesa di trovare una buona collocazione espositiva.

Sui social ho pubblicato anche qualche video del quadro, ma la reazione che ha suscitato nelle persone che lo hanno visto dal vivo non è la stessa. È anche la difficoltà di fotografare delle opere così

particolari. In ogni caso vado avanti spedita sulla mia strada rievocando ogni giorno la frase di Paulo Coelho: “Vivere è sperimentare – non restare immobili a meditare sul senso della vita”.

Per chi volesse seguire le novità sull’opera, può visitare il mio profilo Facebook e Instagram. Intanto da artista sono di nuovo alla ricerca di una fonte di ispirazione. Vedremo se l’autunno porterà qualche contributo!



a cura di **Alisée Maksimovna Radaelli**,  
Redazione di ND

# Capo d'Orlando

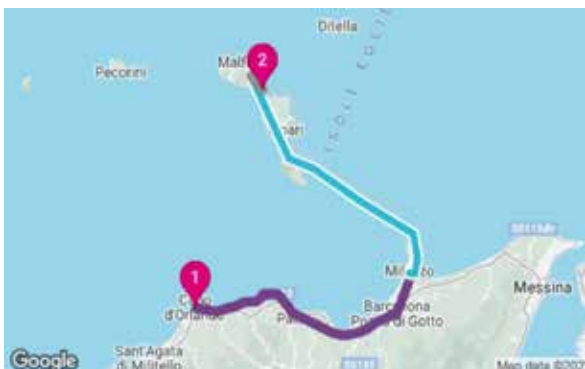
## «Sapore di sale, sapore di mare»

### TRA STORIA E MITO

Questa affascinante città siciliana di mare, tra le più belle in assoluto dell'isola, in provincia di Messina, tra Capo Calavà e Cefalù, che pare abbia ispirato la nota canzone di Gino Paoli, ha radici antichissime, dove miti e leggende si fondono come i profumi della sua vegetazione e i sapori dei suoi tesori di arte culinaria. Antichissimo borgo di pescatori, Capo d'Orlando rappresenta oggi una delle principali mete turistiche, anche come base per il vicino arcipelago delle Isole Eolie. Che il Re dei venti, Eolo, sia di casa da quelle parti, oltre che dalle isole che portano il suo nome, è avvalorato dal riferimento mitologico a suo figlio Agatirso, fondatore, oltre mille anni prima dell'era moderna, dell'antica Agatirno, primo nome dell'odierna città, destinata rapidamente a diventare uno dei

principali centri commerciali della Sicilia, anche per posizione geografica, fino a quando, nel 209 a.C, non cadde in mano romana, con conseguente deportazione nella vicina Calabria di oltre quattromila dei suoi abitanti, devoti del dio Dioniso (di cui Agatirno rappresentava la "città sacra"), proprio con l'obiettivo di disperdere il culto dionisiaco. Questo culto per i costumi romani pareva rappresentare una seria minaccia, a causa dei suoi riti ispirati all'ebbrezza del vino (equivalente latino di Dioniso era il dio Bacco): cortei di donne incoronate d'alloro (le Menadi), che incarnavano le Ninfe, e di maschi travestiti da Satiri, ebbri di vino si abbandonavano alla musica dei "ditirambi", danze ossessive scandite da timpani e tamburi, in un assordante clima orgiastico. Agatirno rimase quasi spopolata per molto tempo, fino all'era carolingia: secondo





una diffusa leggenda popolare, fu infatti proprio Carlo Magno a battezzare la città con l'attuale nome, a ricordo perenne di uno dei suoi paladini, quell'Orlando che ispirò anche l'arte poetica di Lodovico Ariosto. Re Carlo, reduce da un pellegrinaggio in Terra Santa, avrebbe fatto tappa, al suo ritorno, in Sicilia, trattenendosi a lungo per ammirarne le bellezze: così, da Palermo, avrebbe percorso verso oriente la costa tirrenica, fermandosi nell'antica Agatirno, letteralmente folgorato dallo splendore del circostante paesaggio. Il nome "Capo d'Orlando" fu poi storicamente ufficializzato in era normanna.

## LE SPIAGGE

"U Capu", come i siciliani chiamano questo splendido borgo, sorge su un promontorio di roccia che si affaccia al Tirreno di fronte all'arcipelago delle Isole Eolie, verso le quali partono ogni giorno motonavi per escursioni organizzate. Stupende spiagge, meravigliosi panorami su di un mare cristallino, rappresentano di per sé un motivo importante di attrazione turistica; il centro storico è peraltro ricco di fascino, storia, cultura, e il lungomare offre al turista indimenticabili ristoranti e colorate botteghe di artigianato locale. L'entroterra di Capo d'Orlando ospita il Parco dei Nebrodi, magico luogo per escursioni indimenticabili nella natura incontaminata, tra secolari faggete, grotte e cascate.

Il litorale della città presenta diverse spiagge, con fondale marino di color turchese, particolarmente basso, che degrada lentamente, per la gioia dei piccoli; l'arenile, proprio di fronte al centro abitato, è particolarmente esteso, mentre verso oriente si susseguono piccole cale e baie simili a gemme incastonate tra faraglioni e



scogliere. A meno di una decina di chilometri, nella frazione di Brolo, si trova un'altra famosa e frequentata spiaggia, dominata dall'omonimo scoglio, bene attrezzata con svariati stabilimenti balneari. Tra Brolo e Testa di Monaco un altro meraviglioso arenile si caratterizza per la finissima sabbia dorata, con all'intorno una vegetazione mediterranea variegata e lussureggiante. Da ricordare anche la Spiaggia San Gregorio, all'interno di un litorale frammentato in piccoli anfratti ed accoglienti insenature.

Nei dintorni di Capo d'Orlando un grande numero di altre spiagge affacciate al solito mare cristallino, attrae turisti, fino a Cefalù, con il suo famoso Lido, la Spiaggia di Mazzaferno e la Spiaggia di Salinelle, molto nota a chi pratica windsurf e vela. Nelle vicinanze è da ricordare anche Tindari, con la stupenda Spiaggia di Marinello, dove una striscia di sabbia dorata bacia il mare dominato dal Santuario della Madonna Nera.

### **IL CASTELLO, IL SANTUARIO E IL FARO**

Il Castello di Capo D'Orlando si erge su di un promontorio roccioso, a picco sul mare; fu costruito in funzione difensiva, visivamente colle-

gato con i castelli ed i centri abitati di Caronia, Acquadolci, Sant'Agata, San Marco d'Alunzio e Pietra di Roma, Militello, Naso, Ficarra, Brolo, Piraino, Gioiosa Guardia, situati lungo la costa tirrenica o sulle adiacenti alture, con un fitto circuito delle torri d'avvistamento. Dal castello, nelle giornate serene, si arriva a scorgere Cefalù. Delle antiche fortificazioni resta oggi solo una torre di pianta rettangolare, in origine articolata su due livelli: uno, con l'ingresso voltato, un disimpegno in parte basato sulla roccia, con due celle di pianta rettangolare e una cisterna, l'altro, più in basso, con un ampio locale scoperto, delimitato dalle spesse mura perimetrali, accessibile con una scala.

Il Santuario di Maria Santissima sorge in cima al promontorio, simbolo di capo d'Orlando, all'interno del complesso monumentale del Castello, e la sua fondazione si collega a leggende e fatti miracolosi accaduti alla fine del XVI secolo, aventi protagonista le apparizioni di San Cono Navacita, patrono di Naso, e un piccolo simulacro della Madonna, più volte perduto, fino a quando, la notte dell'11 dicembre 1925, fu trafugato da ignoti e mai recuperato, motivo per cui fu fatta realizzare la statuetta in argento, tuttora esposta nel Santuario. All'interno del





Santuario si conservano due dipinti di Gaspare Camarda della Scuola di Antonello da Messina, “l’Adorazione dei pastori” del 1626 e “il Crocifisso fra due monaci oranti” del 1627.

Il Faro di Capo d’Orlando, situato ai piedi del monte della Madonna, rappresenta, insieme al Santuario, il simbolo della città. Edificato nel 1904, è un importante punto di riferimento per i

naviganti nel tratto tra Capo Calavà e Cefalù. Il Faro è costituito da una torre a pianta quadrata, intonacata di rosso, a fianco di un edificio, collocato simmetricamente e sviluppato solo sul piano terra. Una scala a chiocciola consente di arrivare alla lanterna. L’esterno della torre, presenta decorazioni quasi neogotiche, realizzate in calcestruzzo intonacato di bianco.



### DOVE DORMIRE

Una vasta gamma di proposte alberghiere si offre a turisti di ogni tipo: hotel fronte-mare, hotel dell'entroterra, più economici ma altrettanto validi, e poi B&B, a conduzione familiare, dove è possibile soggiornare accolti da personale accogliente e caloroso, ancora più economici ma senza rinunciare ad uno standard di servizi di qualità notevole.

Ampia anche la scelta di appartamenti e case-vacanza.

La prenotazione è essenziale, qui di seguito un possibile riferimento:

A.A.C.S.T.

(Azienda Autonoma di Cura Soggiorno e Turismo), Tel: 0941912784

Fax: 0941912517, [aastcdo@tiscalinet.it](mailto:aastcdo@tiscalinet.it)@[enterprisenet.it](mailto:enterprisenet.it)

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





## CAPO D'ORLANDO A TAVOLA

I numerosi ristoranti del territorio propongono una cucina ovviamente incentrata sui prodotti del mare, affiancati da sensazionali vini, frutto di millenarie tradizioni e di innovative tecnologie vitivinicole, tra cui tre DOC (Faro, Malvasia delle Lipari e Mamertino, il vino preferito da Giulio Cesare), oltre ad eccellenti produzioni locali da vitigni sapientemente selezionati). Tra i piatti tipici, caratteristici dell'intera isola, ricordiamo la tradizionale **pasta con le sarde**, ricetta di cui esistono molte varianti, accomunate dall'impiego di finocchietto selvatico, le **arancine al nero di seppia**, lo **stoccafisso alla messinese**, ricetta risalente alla dominazione normanna, frutto del matrimonio di due culture, nordica (pesce secco) e mediterranea (colori e profumi) e, soprattutto, i celeberrimi **involtini di pesce spada** ("bracirole alla messinese"), fette sottili di pesce spada ripiene di un impasto preparato con olive, pane e formaggio grattugiati, capperi, pomodori, uvetta e pinoli, rinchiusi come involtini, infilate in spiedini, cosparse d'olio d'oliva e pane grattugiato e poi passate in forno, fino a dorata e appetitosa gratinatura. Per concludere non possiamo evitare di parlare di una eccellenza locale: a Capo d'Orlando si può gustare, a detta di esperti, la tipica miglior granita siciliana in assoluto, al caffè, alla fra-

gola, al limone ma anche alla pesca, all'anguria, al pistacchio e persino alla ricotta, sempre rigorosamente accompagnata dalla tradizionale brioche "col tuppò".

### RINGRAZIAMENTI:

*Si ringrazia Corrado Fantoni per la preziosa assistenza alla stesura di questo articolo.*





## Messaggi in bottiglia

a cura di **Paola Cadonici**



*Chi desiderasse inviare un messaggio alla dott.ssa Paola Cadonici può farlo pervenire a direzione.scientifica@ndmagazine ed avrà una risposta nella rivista.*

### **MESSAGGIO AL NEODIPLOMATO CHE HA SCRITTO AL CORRIERE DELLA SERA LO SCORSO AGOSTO**

A te che lasci la Scuola con l'amarezza espressa dal tuo coetaneo anonimo desidero fare arrivare le mie riflessioni, prendendo spunto da alcuni punti salienti della lettera pubblicata:

1. domanda "Ne è valsa la pena?";
2. competitività in ambito scolastico;
3. sensazione di vuoto a fine percorso scolastico;
4. delusione perché gli insegnanti non insegnano a vivere

Per prima cosa desidero presentarmi: sono una canuta pedagoga, psicoterapeuta, logopedista che ha dedicato tutta la vita all'aiuto di persone in difficoltà, alla formazione degli educatori (insegnanti e genitori) e alla comunicazione.

Come giustamente ha segnalato il neodiplomato, che purtroppo ha voluto mantenere l'anonimato, la scuola è seriamente ammalata di competizione e basa la valutazione degli studenti quasi unicamente sulle prestazioni. Anche i colloqui tra insegnanti e genitori ormai durano pochi minuti e si limitano al resoconto dei voti. Una drastica semplificazione resa necessaria dal Covid che si è consolidata nel dopo pandemia. Ormai dobbiamo ammetterlo: la valutazione numerica, inadatta ad abbracciare la complessità umana, è molto comoda, fa risparmiare tempo e fatica. Purtroppo la stessa "disumana" modalità viene usata al test d'ingresso dell'Università e ai colloqui di lavoro.

+Ai nostri giorni gli individui sono ridotti a dati analizzabili dal computer. Crediamo talmente nell'onnipotenza informatica da credere (o fingere di credere) che ci sia un algoritmo applicabile ad ogni aspetto della vita personale e professionale. Purtroppo il disagio che opprime, seppure in modo diverso, bambini, ado-

lescenti, adulti e vecchi getta un cono d'ombra sulla luce del nostro ottimismo. La tecnologia assomiglia sempre di più al Golem che finì per soffocare il suo inventore. Abbiamo pensato che potesse essere il fiore all'occhiello del progresso e potrebbe essere proprio così se non la usassimo in modo dissennato trasformandola nello strumento della nostra disumanizzazione. Quanto alla domanda "Ne è valsa la pena?" mi permetto di rispondere senza esitazione un sì convinto.

Nella crescita ogni esperienza, persino la più fallimentare, è utile se sappiamo rileggerla e imparare dai suoi insegnamenti, anche da quelli apparentemente inutili.

Chi si sente deluso dal percorso scolastico e riesce a valutarlo in modo critico dimostra di essere sufficientemente maturo da evitare i trabocchetti competitivi e da perseguire la crescita personale, non solo dal punto di vista cognitivo. E ciò che conta davvero nel cammino non è vincere, ma imparare a perdere, a reggere le frustrazioni, a stringere i denti nei momenti difficili, a trovare il coraggio di affrontare la paura, a fallire senza sentirsi falliti, a rialzarsi dopo ogni caduta....

Quanto al senso di vuoto provato a fine percorso dal tuo coetaneo anonimo, non credo sia da imputare alle manchevolezze degli insegnanti, perché è quanto sentiamo ogni volta che raggiungiamo un obiettivo dopo un cammino impegnativo.

La vita ci insegna che ogni traguardo si trasforma in un nuovo punto di partenza.

E' normale sentirsi un sacco vuoto dopo l'esame di maturità: oltre alla stanchezza per la fatica c'è una inevitabile paura per il futuro. La fine della scuola segna l'ingresso nel mondo degli adulti e tutti noi ci sentiamo sempre troppo piccoli e indifesi per diventare responsabili di se stessi.

Diventiamo grandi, maturi e vecchi, ma dentro di noi ci sentiamo sempre sperduti come bam-



bini. Aspettarsi che gli insegnanti insegnino a vivere significa andare incontro ad una delusione tanto cocente quanto prevedibile. Purtroppo né loro, né i genitori, né gli allenatori sportivi possono farlo, perché ognuno deve impararlo da solo passando attraverso errori e sofferenze. Non mi vergogno a dire che io a 73 anni suonati sono ancora molto lontana dal saperlo fare.

Dice Charlie Chaplin che siamo tutti dei diletanti, perché viviamo troppo poco per diventare qualcosa di più. Dal punto di vista esistenziale, dunque, siamo tutti apprendisti.

Cosa possiamo fare? Solo rimboccarci le mani ogni giorno e mantenere durante tutto il nostro cammino (che termina solo quando esaliamo l'ultimo respiro) un atteggiamento di umiltà e apertura verso la conoscenza. Auguro a te, che hai condiviso l'amarezza del tuo coetaneo anonimo, di trasformare la delusione in speranza e la frustrazione in energia per far fruttare i tuoi talenti.

Buon cammino.

## **MESSAGGIO A CHI SI TROVA NELL'ETÀ DELLA sotTRAZIONE**

L'aritmetica con le sue operazioni può simbolicamente rappresentare tanto di noi e dei nostri vissuti. La vita inizia con l'età della moltiplicazione, quella evolutiva, che ogni giorno è all'insegna del "per" esperienziale: tutto è una scoperta di se stessi e degli altri. Nell'età adulta si conosce la bellezza della con-divisione, ma anche il dolore della divisione nella coppia, nel lavoro, nell'amicizia, nei rapporti sociali... Con la divisione si sperimenta la solitudine che tanto caratterizza la condizione umana.

E nel ritratto che ne fa Salvatore Quasimodo ognuno di noi si può riconoscere "Ognuno sta solo sul cuore della terra"<sup>1</sup>. Tutto il periodo lavorativo è all'insegna del "più": impegni, scadenze, appuntamenti, orari, ritardi, giustificazioni...

Tutto ciò che si fa sembra non bastare mai. Operazione dopo operazione, in un baleno arriva l'età della sottrazione, la vecchiaia, un periodo più o meno lungo nel quale la vita si sbizzarrisce ad applicare il "meno" in ogni aspetto della

quotidianità dalla salute alla vita relazionale e quasi mai provvede a re-integrare dove lascia dei vuoti.

Vivere non è mai facile, ma ad affrontare una rinuncia dopo l'altra non si è mai pronti: il mondo del lavoro va avanti benissimo senza di noi, la giornata si svuota dagli impegni, diminuisce l'autonomia fisica, si sfolta la cerchia delle persone care, calano le energie.... Ma, visto che ogni regola ha la sua eccezione, fra tanti "meno" spicca un "più": ogni giorno compare subdolamente un doloretto nuovo che si accasa ora qui ora là (una spalla, un gomito, un ginocchio...) e non trasloca più.

La vecchiaia è il periodo delle battaglie quotidiane contro la solitudine, la paura, la difficoltà a tenere il passo coi tempi, il deterioramento cognitivo...

Ma quella che si rivela un vero e proprio corpo a corpo estenuante è la lotta contro l'abbruttimento, che va ben oltre il fisiologico decadimento fisico. Quando, poi, viene a mancare il compagno di vita, non si può nemmeno contare sullo specchio di due occhi amorosi che conservano il ricordo della freschezza giovanile e riflettono una nuova forma di bellezza interiore consona all'età. Uno specchio così non può essere sostituito, perché è il solo al mondo capace di trasformare i segni del deterioramento in fragilità da amare.

Quando la bellezza giovanile è sfiorita da tanto tempo si corrono due pericoli: o si diventa una caricatura di sé nell'illusorio tentativo di dare una parvenza di eternità a ciò che è effimero, o ci si lascia andare. Il tempo è impietoso con tutti, ma lo fa in modo diverso con i due sessi: si accanisce sul corpo femminile e sulla virilità maschile.

Per la donna che non accetta la perdita del fascino e per l'uomo che si identifica con la prestanza sessuale inizia un cammino tutto in salita in un periodo caratterizzato, di per sé, dalla fisiologica diminuzione delle forze.

Ostinarsi ad essere ciò che non si è più significa precludersi la possibilità di vivere per come si è. Il giovanilismo spinto ad oltranza è solo un patetico accanimento esistenziale. La vecchiaia

toglie tante cose, ma offre la possibilità di scoprire o riscoprire la bellezza del tempo affrancato dalla tirannia dell'orologio.

Vivere la giornata all'insegna della lentezza significa assaporare piccole gioie precluse a chi è di fretta.

Forse potrebbe diventare un modo per sostituire uno dei tanti "meno" con un "più".

Tiziano Terzani racconta come è riuscito a trasformare un problema in risorsa. Un indovino gli aveva consigliato di evitare gli spostamenti in aereo per tutto il 1993, perché si sarebbe verificata una catastrofe su un volo di linea. Il giornalista non se la sentì di ignorare la profezia, ma decise di usare i lunghi viaggi in treno come opportunità.

Se durante i voli aveva incrociato fugacemente tante persone anonime, grazie al limite imposto dalla predizione ebbe modo di comprendere cosa significasse viaggiare con qualcuno<sup>2</sup>. Salvarsi dall'abbruttimento fisico è solo una parte della difficoltà senili, perché l'acidità dello spirito è sempre in agguato.

Ciò che si rivela salvifico è la sintonizzazione sul Bello, basta cercarlo e riconoscerlo.

I colori di un tramonto, la bizzarra disposizione delle nuvole, l'ascolto della pioggia contro i vetri: meraviglie che si posso gustare anche a casa propria.

Se durante il periodo produttivo le abbuffate di impegni caratterizzano la dieta quotidiana, da vecchi si può vivere solo nutrendo lo spirito. Nell'età della sottrazione è vitale farsi compagnia da soli con un buon libro, con l'ascolto della musica, con la visione di un film... E la tecnologia oggi può essere una straordinaria alleata della cultura tra le pareti domestiche: si possono vedere e rivedere documentari scientifici, biografie, rubriche d'arte, spettacoli teatrali...

Ma per goderne è necessario rinunciare a tiranneggiare familiari ed amici per avere continuamente la loro compagnia. La pretenziosità è una delle tante forme della mostruosità senili. La

vecchiaia non è più il tempo del fare, ma solo quello dello stare.

E nello stare c'è molto da fare per riannodare i tanti fili emotivi lasciati pendenti dalla vita passata. Nel tempo a disposizione è importante chiudere il proprio cerchio esistenziale con la gratitudine per quanto si è ricevuto e con la pacificazione nei confronti dei sogni rimasti nel cassetto.

Se nell'età della sottrazione un po' alla volta si perde tutto, è importante non venire meno a se stessi e ai propri valori.

La buona educazione scarseggia? Il rispetto sembra passato di moda? Il vecchio che per ripicca decide di omologarsi al malcostume dei più non solo contribuisce a peggiorare il proprio ambiente, ma tradisce se stesso e quanto ha fatto da pilastro esistenziale. Chi ha i capelli bianchi può diventare la memoria vivente di valori che stanno scomparendo: un compito davvero importante. *I vecchi bisognerebbe ammazzarli da piccoli*<sup>3</sup>: una simpatica battuta che nasconde una grande verità.

E' nell'infanzia che dobbiamo sradicare il seme del vecchiccio pretenzioso, egoista, incapace di farsi compagnia, arrabbiato con se stesso e con il mondo intero. Da piccoli inconsapevolmente scegliamo come saremo da grandi e iniziamo la convivenza più lunga della nostra vita, quella con noi stessi. Sarebbe stupido sottovalutarne l'importanza.

È triste accorgersi da vecchi di non avere imparato ciò che conta davvero nella vita: auto motivarsi, reggere la frustrazione, saper stare con se stessi e trasformare la sofferenza in energia creativa. Si tratta di risorse preziose ad ogni età, ma fondamentali quando è in prossimità del capolinea.

E, stando alla mancanza di educazione emotiva nell'infanzia nei nostri giorni, non è difficile immaginare un futuro popolato da vecchicci insopportabili. Ma questo meriterebbe un altro messaggio in bottiglia.

1) S. Quasimodo "Ed è subito sera"

2) T. Terzani, "Un indovino mi disse" Longanesi, Bergamo 2006.

3) A. Blasetti, "Quattro passi tra le nuvole", Italia 1942

# *virus***BLOC**®

**COADIUVA LA  
PROTEZIONE DELLE MUCOSE  
NASALI ED ORALI  
DA AGENTI ESTERNI  
COME VIRUS E BATTERI**



- ✓ Effetto "barriera"
- ✓ Per adulti & bambini
- ✓ Contiene Nicomenthyl® (Mentil nicotinato)
- ✓ Dona una piacevole sensazione di freschezza



**VirusBLOC Nasal Microgel Spray e VirusBLOC Oral Fresh Spray sono Dispositivi Medici CE.**  
Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso. Autorizzazione Min. del 12/01/2023.  
Multichem R&D s.r.l. | Via Marconi, 37 | 20089, Rozzano (MI)

## Dichiarazioni di conformità

# Perchè il dentista no?



di Renato Carraro,  
Comitato  
scientifico ND

Ognuno di noi avrà constatato che l'ottico al momento di consegnarci un paio di occhiali da vista ci ha consegnato (personalmente l'ho sempre verificato) una dichiarazione di conformità per un dispositivo medico su misura, perché tale è il prodotto che ci consegna. A chi ha avuto necessità di acquistare un plantare correttivo per qualche patologia del piede, è successa esattamente la stessa cosa, il tecnico che ha predisposto quel dispositivo medico su misura, per eseguire il quale aveva preso l'impronta e poi realizzato il nostro personale plantare. La dichiarazione di conformità, per le leggi UE deve accompagnare ogni prodotto al momento della vendita, indipendentemente che il prodotto debba o meno essere marcato CE e non è prevista nessuna esclusione.

Non mi è mai capitato, ma probabilmente rappresento un'eccezione, di ricevere una dichia-

razione di conformità ogni qualvolta sono stato sottoposto ad un intervento dai vari dentisti che mi hanno curato i denti.

Non parlo ovviamente della periodica pulizia a cui mi sottopongo in modo regolare, si tratta infatti di una prestazione di servizio e non mi viene "consegnato" nulla, mi riferisco altresì alle volte in cui mi è stato installato un impianto o una protesi eseguita dopo il rilievo delle impronte.

Mi sono confrontato con la mia dentista, cara amica tra l'altro ed ottima professionista, la quale è letteralmente caduta dalle nuvole. Mi ha confermato che Lei riceve dai laboratori con cui collabora, la dichiarazione di conformità di tutte le protesi, impianti e quant'altro lei ordina, ma non si è mai sognata di fare una sua dichiarazione di conformità ai suoi pazienti. Durante una lunga conversazione la mia dentista mi ha riferito inoltre che l'ordine dei dentisti non ha





mai fatto cenno a questo tipo di obbligo e che secondo lei, per quanto ne sapeva, nessuno dei suoi colleghi faceva nulla di simile.

Naturalmente prendo atto che le mie considerazioni si basano sull'esperienza diretta e sul riferito di una sola professionista, magari sono l'unico paziente a cui nessun dentista ha mai consegnato una sola dichiarazione di conformità, ma da una rapida indagine tra amici e parenti non ho trovato nessuno che ne abbia mai ricevuta una.

Quindi, precisando la limitata indagine e mettendo in conto che tutti i dentisti esclusi quelli con cui ho avuto a che fare io, i miei conoscenti e la mia dentista, rilascino la dichiarazione di conformità per dispositivo medico su misura, espongo alcune considerazioni su cui ho discusso con la mia amica dentista.

Quando mi viene installato un impianto o una protesi, mi viene fornito un dispositivo medico impiantabile, invasivo e stabile; quindi, non trovo ragioni per le quali non dovrei conoscerne le caratteristiche ed essere informato se rispetta il Regolamento 2017/745/UE che disciplina tutti i dispositivi medici. Lo stesso vale quando per eseguire un'otturazione mi viene inserito su in dente del materiale inorganico di cui ho il diritto di conoscere le caratteristiche. Ricordo che un tempo si utilizzavano largamente ed in modo limitato anche adesso le amalgame che contengono mercurio e piombo, non proprio il massimo per la salute. Guarda caso le indagini scientifiche non hanno trovato l'accordo sulla loro pericolosità, spesso gli interessi economici

confliggono con la ricerca scientifica (eternit per esempio) ma i dentisti le stanno abbandonando ed i pazienti le stanno sostituendo, ovviamente quelli informati. Anche l'inserimento di materiali sicuri comunque comporta la necessità del rispetto del Regolamento sui dispositivi medici. Forse un piede è più importante di un dente o non dipenderà magari dal fatto che il plantare ha un trattamento fiscale agevolato rispetto alle cure dentarie e quindi è maggiore la richiesta di documentazione da parte dei pazienti?

Questo articolo non intende essere un atto di denuncia, ma la semplice constatazione di una situazione che per i dati disponibili può essere circoscritta a pochi casi, ma che potrebbe invece interessare molti pazienti e molti professionisti ed addetti ai lavori.

Non può sfuggire ad esempio il fatto che i laboratori dentistici ed i meccanici dentisti, rilasciano per ogni dispositivo da loro realizzato una dichiarazione di conformità "ad personam", quindi per quale ragione il processo di marcatura dovrebbe concludersi con il loro intervento? Se questa prassi fosse corretta dovrebbe valere anche per gli altri dispositivi medici, sia quelli già menzionati che per tutti gli altri, ma così non è, perché ortopedici, oculisti e molte altre categorie di professionisti del settore medico, rispettano il regolamento sui dispositivi medici e su quelli "su misura" in particolare. Forse altri dentisti o altri ordini che li rappresentano potrebbero fornire dei chiarimenti nel merito.



## Consigli per la lettura

a cura di **Lorenzo Federico Radaelli**,  
Comitato Scientifico di ND

**Alessandra Sorrentino**

### A TESTA ALTA

Ebook - Concept e layout grafico ideato da Pindarica Comunicazione - courtesy review è effettuata dal Dott. Cherubino Di Lorenzo e dal Prof. Giorgio Sandrini, rispettivamente membro del Comitato Scientifico e Presidente di Fondazione CIRNA Onlus - Illustrazioni di Don Alemanno - Prima edizione: luglio 2023 [www.cambialatuarelazioneconlemicrania.it](http://www.cambialatuarelazioneconlemicrania.it)

Dal comunicato-stampa: *“Parlare di emicrania in modo diretto, semplice e chiaro, raccontare i suoi sintomi e l’impatto che ha sulla vita di chi ne soffre è lo strumento più potente per smontare i pregiudizi e lo stigma che circondano questa malattia invisibile e invalidante. Fornire uno strumento agile ai pazienti, combattere la disinformazione e lo stigma sull’emicrania sono gli obiettivi per cui è nato ‘A testa alta’, un ebook scritto da Alessandra Sorrentino, volontaria di Alleanza Cefalalgici, e, quindi, scritto da una paziente che ha vissuto in prima persona la malattia e che parla ad altri pazienti. Sostenuto da Lundbeck Italia all’interno della campagna “Cambia la tua relazione con l’emicrania” e illustrato da Don Alemanno, fumettista italiano che con grande sensibilità ha dato un volto a Elga e Alcide, i due personaggi che accompagnano il lettore in questo viaggio alla scoperta della malattia”.* Alessandra Sorrentino è volontaria di Al.Ce. (Alleanza Cefalalgici), rappresentante di Al.Ce. presso EHMA (European Headache and Migraine Alliance, la Federazione delle associazioni europee di pazienti cefalalgici) e autrice del blog “Le parole dell’emicrania”. Ha iniziato a soffrire di emicrania fin dalla prima infanzia, quando aveva quattro anni, e per diverso tempo ha lottato con le unghie e con i denti contro questa malattia nella speranza di poter guarire. A gennaio 2021 qualcosa è cambiato: è stata ricoverata otto giorni in un Centro cefalee perché era caduta a piedi pari nel circolo vizioso della cefalea da



uso eccessivo di farmaci. Da allora è iniziato il suo percorso di conoscenza, consapevolezza e accettazione della malattia e, soprattutto, è dopo quel ricovero che ha intrapreso il suo percorso di advocacy, dando sostegno ad altri pazienti. La sua missione è supportare e dare voce a tutte quelle persone che spesso soffrono in silenzio. Come? Combattendo la disinformazione e i pregiudizi che ruotano intorno a questa malattia invisibile, sensibilizzando le aziende su quanto sia importante costruire luoghi di lavoro inclusivi e promuovendo l’esercizio fisico, in particolare, come strategia non farmacologica per gestire l’emicrania. La scelta di due simpatiche alci quali protagonisti dell’ebook è doppiamente evocativa: AlCe (Alleanza Cefalalgici) è infatti l’associazione nata in seno a CIRNA-onlus per unire chi soffre di mal di testa, e i “palchi” (impropriamente: le corna) di questi ruminanti rappresentano una eccellente immagine per trasferire anche subliminalmente il problema di “peso in testa” che accomuna milioni di pazienti.

# Rivitalizza l'energia che è in te!

- TECNOLOGIA UTILIZZATA  
NEGLI OSPEDALI E CENTRI  
MEDICI IN TUTTA EUROPA
- OLTRE 70.000 CASI CLINICI  
IN AMBITO TERAPEUTICO
- APPLICAZIONE IN:  
AMBITO SPORTIVO  
MEDICINA ESTETICA



**DISPONIBILI A BREVE**

TERAPIA PER:

**INFIAMMAZIONE**

**DOLORE**

**POSTUROLOGIA**

*Stimolazione terapeutica  
dell'energia vitale*

THERAPY  
**SELF**  
MEDICAL

Dispositivo medico certificato **CE** Classe 2A  
secondo la nuova normativa europea

AFFIDABILITÀ-SEMPLICITÀ-EFFICACIA

**BIO BREM SA**

6830 Chiasso-Switzerland

Via Vincenzo d'Alberti, 1

info@biobrem.com - www.biobrem.com



## Il Font: informazione di carattere

a cura di **Rossana Pessione**  
Giornalista



### NEUROESTETICA: LA VITA PROGREDISCE SEGUENDO LA BELLEZZA

Avete mai sentito parlare di neuroestetica? Forse no, ma sicuramente tutti sanno che cosa sia la bellezza, anche se non è semplice da definire. Nel mondo letterario in molti si sono concentrati su questo tema.

“La bellezza è una promessa di felicità“, affermava lo scrittore francese Stendhal.

“La bellezza salverà il mondo“, diceva invece lo scrittore russo Dostoevskij.

Tuttavia, la bellezza può davvero influenzare la nostra percezione di ciò che ci circonda? Se sì, come?

Ne parliamo qui:

<https://www.ilfont.it/bellezza/neuroestetica-la-vita-progredisce-seguendo-la-bellezza-108645/>

### L'IMPORTANZA DELLA DANZA PER I PIÙ PICCOLI: VANTAGGI E BENEFICI

Secondo numerosi studi la danza è una disciplina sportiva completa che produce non solo benefici a livello fisico ma anche psicologico.

Entrare in questo magico mondo sin dalla giovane età può avere un impatto molto positivo sulla crescita.

“La danza è una disciplina capace di unire il divertimento all'esercizio fisico permettendo



uno sviluppo muscolare armonico, un aspetto da non sottovalutare quando si parla di bambini“, spiega Morgana Rosano, artista, coreografa e direttrice artistica della scuola di danza Morgan Rosés Show Academy.

“La danza abitua il corpo a sviluppare una postura corretta e lo mette in connessione con le emozioni. Ballare è un gesto ancestrale che permette a tutti i più piccoli, anche ai più timidi, di superare alcune barriere dando voce ai sentimenti più profondi; essendo una forma di linguaggio universale non conosce confini.

Ne parliamo qui:

<https://www.ilfont.it/benessere/limportanza-della-danza-per-i-piu-piccoli-vantaggi-e-benefici-108947/>



### IL TUO PUNTO DI VISTA CONTA: NON LASCIARE CHE LE MACULOPATIE TI FERMINO

Le maculopatie sono patologie oculari che interessano l'area che si trova al centro della retina, ovvero la macula. Le più diffuse sono la degenerazione maculare legata all'età e l'edema maculare diabetico, che colpiscono principalmente le persone con più di 50 anni, la fascia di età più rappresentativa della popolazione italiana con una piena vita sociale e spesso anche lavorativa.

Sensibilizzare sulle maculopatie, in particolare Degenerazione Maculare legata all'età Umida (nAMD) ed Edema Maculare Diabetico (DME), e far emergere i bisogni non soddisfatti di pazienti e caregiver, tra cui il mantenimento di una vita sociale e lavorativa attiva: sono questi gli obiettivi della campagna “Il tuo punto di vista conta – non lasciare che le maculopatie ti fermino”.

Ne parliamo qui: <https://www.ilfont.it/salute/il-tuo-punto-di-vista-conta-non-lasciare-che-le-maculopatie-ti-fermino-108975/>





## **DOLCI ESTIVI: 5 RICETTE SENZA ZUCCHERO, GUSTOSE, VELOCI E LEGGERE**

50 ricette per imparare ad amarsi: sono quelle che Giada Todesco, healthy lifestyle influencer, ha raccolto nel suo libro. “Sweet and strong” è il risultato del suo percorso personale che l’ha portata, oggi, a investire il suo tempo per aiutare migliaia di persone a mangiare sano, a star meglio con sé stessi e a prendersi cura del proprio benessere.

Per la stagione calda, Giada Todesco, ha pensato a dei dolci estivi veloci, leggeri e gustosi.

Ne parliamo qui:

<https://www.ilfont.it/alimentazione/dolci-estivi-5-ricette-senza-zucchero-gustose-veloci-e-leggere-108938/>



## **ISOLAMENTO SOCIALE: 4 GIOVANI SU 10 TRASCORRONO IL TEMPO LIBERO ONLINE**

Se parliamo di giovani e isolamento sociale, una delle prime immagini che si forma nella nostra mente potrebbe essere quella di un adolescente sempre chiuso in camera, schivo con i genitori e perennemente al telefono o al PC.

“Alza le tapparelle e apri le finestre, spegni quei videogiochi e vai a giocare un po’ fuori”, potrebbe essere la tipica frase di un genitore.

Tutto fila per ora, no?

Forse sì, ma il discorso, scendendo nel dettaglio, è più complesso.

Perché i rapporti sociali di molti adolescenti fanno

rima con realtà virtuale? Per quali motivi videogiochi e social media prendono il posto di sport e attività all’aria aperta?

Ne parliamo qui:

<https://www.ilfont.it/salute/isolamento-sociale-4-giovani-su-10-trascorrono-il-tempo-libero-online-108746/>



## **MAURO ZANETTI, UN VIAGGIO NEL BUIO PIÙ PROFONDO DELL’ANIMO UMANO**

Un nuovo thriller per Mauro Zanetti, scrittore triestino ormai consacrato al successo.

Tra una verifica da correggere e l’altra – è infatti insegnante di materie umanistiche nella sua città – la sua vena creativa scalpita e lo porta a scavare per portare in luce le crepe più profonde dell’animo umano. Consapevole del fatto che in fondo l’uomo, nei suoi chiaroscuri, non sia mai sostanzialmente cambiato nei secoli, sposta la sua attenzione dal presente al passato, alternativamente.

Si avvicinano dunque storie drammaticamente contemporanee ad altre lontane tre secoli e mezzo da noi, ma in tutte è sempre l’uomo con la sua intelligenza a prevalere: ciò che cambia veramente è solo il fine a cui la indirizza.

“Il punto più buio” è un affresco disperato dei giorni nostri, il ripetersi senza tempo della cattiveria insulsa e fine a se stessa, che come un fiume in piena inonda e distrugge senza pietà.

Ne parliamo qui:

<https://www.ilfont.it/libri/mauro-zanetti-un-viaggio-nel-buio-piu-profondo-dell-animo-umano-108927/>

*In primo piano:*

## **Laurea in Scienze motorie, realtà e prospettive**

*In collaborazione con il Comitato scientifico e con tutti i Lettori*

- Testosterone
- Alimentazione e sindrome fibromialgica
- Riflessologia facciale “Dien Chan zone”
- Enzimologia biodinamica: filosofia ippocratica del Terzo Millennio
- Il sedile di Vladimir Tolstunov
- La tavola periodica degli elementi
- Energizzazione con biofrequenze
- Piaghe da decubito
- Acqua e frequenze
- Cresce la SIM: Società Italiana di Medicina”
- Morti improvvise
- Orologi: Arte del Tempo
- Aloe: un miracolo della Natura”
- Il Ciclismo: laboratorio di Fisiologia umana
- Omeosinergia
- Le proprietà delle arachidi
- Medicina di segnale
- PFAS, Sostanze Perfluoro Alchiliche: nuovo pericolo emergente
- Turismo strumento di pace
- Le proprietà del biancospino
- ECTA: Educazione Continua in Tossicologia Ambientale
- Akkermansia muciniphila e controllo fisiologico del sovrappeso corporeo
- Donna e Dolore
- Hikikomori, quando il mondo virtuale si sostituisce alla realtà
- Integratori alimentari contro l'inquinamento?
- Acqua enzimatica in agricoltura
- Uno sguardo quantistico sul mondo
- Dissonanza cognitiva e abitudini alimentari
- Covid e strategie domiciliari
- Fibre a infrarosso lontano
- Multisensorialità: strategie nelle demenze
- Testosterone e Medicina funzionale
- Alimentazione e nutrizione dei rapaci notturni e diurni
- Il mistero del popolo etrusco
- Gli infiniti volti del dolore
- Allergie da Nichel: le “colpe” delle monete da 1 e 2 euro
- Storia della disintossicazione
- Entanglement e Medicina quantistica
- Disinfezione delle autoambulanze
- Organismi Geneticamente Modificati: le verità nascoste
- I dieci minuti che salvano la vita: riconoscere le emergenze
- Insetti nel piatto

CORSO DI LAUREA TRIENNALE



# LAUREA SCIENZE MOTORIE ESPORTIVE

## L22



**Ottieni *on line* la tua laurea triennale  
in scienze motorie e sportive**

- **CONVERTI LE TUE ESPERIENZE  
IN CREDITI UNIVERSITARI (V.A.E.)**

**ISCRIZIONI APERTE**

Inquadra e scarica il tuo modulo online

Con l'iscrizione  
al corso  
**in omaggio**  
il dispositivo medico  
**SELF THERAPY  
BIO BREM €€**



Richiedi Informazioni

**Chiama Ora**

Tel. 0364 536046

[www.globalcentercampus.com](http://www.globalcentercampus.com)

L'ACQUA FUNZIONALE  
LEGGERA e SALUTARE



ACQUA *Life*<sup>®</sup>  
La tua acqua leggera

## ACQUA. IL PRIMO FONDAMENTO DELLA VITA

**Essere consapevoli della qualità dell'acqua da bere e per cucinare è importante!**

Per ritrovare il tuo benessere scegli un'acqua **leggera** e **salutare**, **funzionale** dal punto di vista biochimico e biofisico.

- PURIFICATORE ACQUALIFE<sup>®</sup>  
CON TECNOLOGIA AQUANTIC<sup>®</sup>
- FLUSSO 150 L/MIN. SENZA LIMITI
- STOP ALLA PLASTICA



[www.depuratoriacqualife.it](http://www.depuratoriacqualife.it) - [info@depuratoriacqualife.it](mailto:info@depuratoriacqualife.it)

CONSIGLIATO DA:  **ideal medical**  
MEDICINA • NATURALE