

**RICERCA ITALIANA
NEL MONDO**

Enzimologia biodinamica

GRAFOLOGIA

Scrittura e personalità

PREMI GIORNALISTICI

CilentoMed

Masso-Idroterapisti

Importanza dell'Albo nazionale

LIBRARIA

la biblioteca di ND

*La via più semplice per
pubblicare*

**Assistenza editoriale
Impostazione grafica
Correzione bozze
Stampa**

*Riservata ad Autori qualificati
e ad opere selezionate*

Per info: radamass1@gmail.com

dal 2025

Massaggio sanitario

Importanza dell'Albo nazionale



Massimo
Enrico
Radaelli,
Direttore
scientifico ND

Il massaggio sanitario ha radici profonde che affondano in antiche tradizioni, e la sua evoluzione nel corso dei secoli è strettamente legata alla storia stessa della Medicina. Le prime tracce di massaggio risalgono a migliaia di anni fa, in culture come quella egizia, cinese e greco-romana. Nelle pitture egizie sono documentati trattamenti di massaggio e, come sappiamo dai testi che ci sono pervenuti, i medici utilizzavano il massaggio come parte integrante del trattamento di diverse malattie. I cinesi avevano sviluppato un approccio olistico che comprendeva il massaggio come mezzo per riequilibrare l'energia vitale del corpo, noto come "Qi": nella medicina tradizionale cinese il massaggio è sempre stato utilizzato per migliorare la circolazione e la digestione, oltre che per alleviare il dolore. Anche nel mondo greco-romano abbiamo riferimenti chiari alla Massoterapia, una tradizione che è rimasta radicata, nei secoli, in tutta l'area mediterranea e nel resto del mondo, in generale. Ciononostante, la sua applicazione terapeutica è diventata una disciplina riconosciuta solo in tempi relativamente recenti. Peraltro pochi termini come "massaggiatore" si prestano ad interpretazioni non univoche e, conseguentemente, fuorvianti, accomunando Professionisti sanitari accreditati ed estemporanei praticanti, incapaci di portare benefici e, al contrario, potenzialmente pericolosi in caso di maldestri trattamenti effettuati su soggetti che presentino patologie. Fortunatamente il disposto regolatorio legale è chiaro: solo il cosiddetto M.C.B. (acronimo di una definizione, ormai quasi secolare, corrispondente al moderno "Massoidroterapista"), appartiene di diritto alle Professioni sanitarie, quale Operatore di "Arte ausiliaria". Il massaggio sanitario, sempre effettuato dopo diagnosi e prescrizione medica, è sua specifica ed esclusiva competenza, insieme all'utilizzo di elettromedicali (come ben conoscono, a proprie spese, i tanti "massaggiatori" processati e condannati per esercizio abusivo di professione). Da qui la basilare importanza di un Albo nazionale di riferimento: A.M.I. (Albo Massoterapisti d'Italia), strumento in grado di garantire che il Professionista abbia acquisito le conoscenze, la preparazione, le abilità e le competenze specifiche, attraverso gli insegnamenti teorici e pratici erogati presso un Ente Formativo accreditato da una Regione, per trasferimento dell'organizzazione dei corsi alla stessa, da parte del Ministero della Salute. Tutto questo a garanzia del Professionista, certamente, ma anche, e soprattutto, a tutela della sicurezza dei pazienti. A.M.I. è stato elaborato da F.I.M.O.S. (Federazione Italiana Massoterapisti e Operatori Sportivi) e vede ora l'adesione di A.Na.M. (Associazione Nazionale Massoterapisti, Idroterapisti e Operatori sportivi): nasce così una coesione di intenti che porterà ad importanti sviluppi, come dettagliatamente descritto nell'articolo del nostro Direttore responsabile, Dott. Gianluigi Pagano, con cui si apre questo numero della rivista.

- 3: Prossimamente**
- 10: Enzimologia biodinamica: il futuro è oggi**
- 14: Sperimentazione animale: orrori ed errori**
- 22: Nuove patologie: la Sindrome da disconnessione**
- 24: Dispositivi medici: regolamenti e direttive contrastanti**
- 26: Grafologia: cenni storici**
- 27: Parliamo di olio**
- 32: I pensieri spettinati del Cappellaio matto**
- 34: Medicina naturale: i Fiori australiani**
- 38: Medicina vibrazionale: Diapason a 128 Hz**



- 40: Premi giornalistici: CilentoMed**
- 44: Relazionarsi in modo sano col cibo**
- 48: Il Turismo in Italia dopo Covid e lockdown**
- 52: Consigli per la lettura**
- 54: Aloe vera: una vera farmacia in casa**
- 58: Ballata delle dame cadute: Streghe (prima parte)**
- 60: Linfedema: cause, sintomi e come intervenire**
- 64: Arte & ispirazione**
- 66: Prossimamente**

ND
Natura docet: la Natura insegna

Medicina, Salute, Alimentazione, Benessere, Turismo e Cultura

Anno 6 - N° 3 - Marzo 2025

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

Direttore responsabile:

Gianluigi Pagano paganoprom@hotmail.com

Direttore editoriale:

Giovanni Battista Colombo gianbattista.colombo@libero.it

Direttore amministrativo:

Rosalba Lofrano rosalba.lofrano@gmail.com

Direttore commerciale:

Marcello Lofrano marcello.lofrano@icloud.com

Editing Manager:

Halyna Korniyenko halykor@gmail.com

Marketing Manager

Corrado Fantoni fantonicorrado67@gmail.com

Art Director:

Vito Moioli vitomoioli@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

India: Sukhman Kaur

Israele: Moshe Jean

Kazakhstan, Kyrgyzstan: Anara Bayanova

Marocco: Miriem Dasser

Moldova: Tatiana Cojocar

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 Artogno (Bs)

Eventuali detentori di copywriting sulle immagini ai quali non siamo riusciti a risalire, sono invitati a mettersi in contatto con 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
Bartolini 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 Vitto (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
Daccò 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 Benedetto Gilberto (Roma): Psicoterapia
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
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
Gissona Gennaro (Milano): Aspetti legali in Medicina
Grassi Maria Ausilia (Torino): Igiene e sicurezza degli alimenti di origine animale
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
"HeLLeR" (Milano): Associazioni di pazienti (Psoriasi)
Inglese Federico (Pavia): Biochimica applicata
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
Magaraglia 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
Marisennaya Senapathy (Wolaita Sodo, Ethiopia): Sviluppo rurale e divulgazione agricola
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 (Crotona): 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
Pagani Monica (Ferrara): Microscopia in campo oscuro
Pagliara Claudio (Brindisi): Medicina olistica
Pellegrini Davide (Parma): Filosofia, Letteratura e Poesia
Penco Susanna (Genova): Metodi alternativi alla sperimentazione animale
Piccinini Chiara (Modena): Audio Psico Fonetologia
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
Schiavo Angelo (Parma): Politiche farmaceutiche
Schiff Laura (Bologna): Verde urbano e pianificazione territoriale
Segalera Gianluigi (Genova): Semantica ed Ontologia; Filosofia ed Etica animalista
Serraino Angela (Reggio Calabria): Massaggio sportivo
Sofisti Michele (Switzerland): Geologia e Biodiversità
Spaggiari Piergiorgio (Milano): Medicina quantistica
Spagnolo Stefano (Lecce): Biologia agroalimentare
Spattini Massimo (Parma): Medicina funzionale
Tarro Giulio (Napoli): Virologia
Terziani Giorgio (Massa-Carrara): Tecnologia e Discipline del Benessere
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 delle Associazioni

Nasce l'Albo dei Massoterapisti d'Italia (A.M.I.)



Gianluigi Pagano,
Direttore
responsabile
ND, Natura
docet: la Natura
insegna

L'importanza della collaborazione tra associazioni professionali nel settore della salute e del benessere è fondamentale per garantire standard elevati di qualità e competenza.

In questo contesto, due associazioni-chiave, A. Na.M. (Associazione Nazionale Massoterapisti, Idroterapisti e operatori sportivi) e F.I.M.O.S. (Federazione Italiana Massoterapisti e Operatori Sportivi) hanno raggiunto un importante obiettivo condiviso: la realizzazione di un Albo nazionale per i cosiddetti MCB, Professione di antica storia (V. box dedicato), coincidente con la figura europea del Masso-Idroterapista. Decisamente un passo significativo per:

- tutelare gli interessi dei professionisti;
 - promuoverne la formazione;
 - garantire all'utenza elevati standard di qualità.
- La Massoterapia e l'Idroterapia permettono di lavorare in ambito sanitario agendo sia sui sin-

tomi attraverso le cure che sulla prevenzione. Essere MCB consente ai Professionisti di:

- effettuare massaggi sanitari su pazienti, quindi anche in presenza di patologie, su prescrizione medica;
- esercitare in poliambulatori, strutture sanitarie convenzionate con il SSN o SSR (Note del Ministero della Salute, protocollo 0028875 del 17 maggio 2010 e 0032682 del 19 luglio 2010), centri per anziani, terme, centri idroterapici;
- aprire la propria attività e il proprio studio professionale attraverso semplice presentazione del DIAP (Dichiarazione Inizio Attività Produttiva) presso la ASL o comune di competenza;
- fruire di esenzione-Iva per le prestazioni sanitarie;
- consentire detraibilità fiscale per i pazienti





- provvisti di prescrizione medica;
- fare attività di massaggio, manipolazioni e manovre meccaniche su organi e tessuti del corpo umano, per scopi sia di benessere che preventivi ed igienici;
- esercitare Idroterapia, Massoterapia, Balneoterapia;
- utilizzare apparecchiature elettromedicali in ausilio;
- collaborare con le figure mediche in ambito sanitario e riabilitativo, secondo prescrizione medica.

La collaborazione tra A.Na.M. e F.I.M.O.S. è risultata essenziale per sviluppare un Albo che possa rappresentare adeguatamente gli interessi degli MCB. Entrambe le associazioni hanno, del resto, come obiettivo principale, quello di promuovere la Professione e di tutelare i diritti dei Professionisti. Unendo le forze, hanno quindi potuto creare un organismo in grado di stabilire standard chiari per la Formazione, le competenze e l'etica professionale, garantendo così che solo Professionisti qualificati possano esercitare in questo campo, settore in continua evoluzione, dove le tecniche e le pratiche possono evolvere rapidamente, e dove è fondamentale che i massoterapisti siano costantemente aggiornati. Attraverso l'Albo, ANaM e Fimos potranno organizzare Corsi di aggiornamento, Seminari e Workshop, contribuendo a mantenere elevati standard di competenza, realizzando una "formazione continua" importante per migliorare le capacità dei Professionisti, elevando costantemente anche la qualità del servizio offerto ai clienti.

Inoltre, la creazione di un Albo nazionale degli MCB consentirà a questi Professionisti di avere una voce più forte nelle decisioni politiche e nelle normative che riguardano la Professione. Un organismo rappresentativo potrà infatti agire come intermediario tra Professionisti ed Istituzioni, garantendo che le esigenze e le preoccupazioni



degli operatori siano ascoltate e considerate. Questa rappresentanza è particolarmente importante in un momento in cui le Professioni del Benessere stanno guadagnando sempre più attenzione e le normative stanno evolvendo per rispondere a nuove esigenze e sfide.

La collaborazione tra A.Na.M. e F.I.M.O.S. potrà anche contribuire a promuovere una maggiore consapevolezza pubblica riguardo alla Professione dei Masso-Iidroterapisti, attraverso campagne informative e attività di sensibilizzazione con cui "educare" il pubblico circa i benefici dei trattamenti masso-idroterapici e sul ruolo professionale degli Operatori di settore, con effetti virtuosi in termini sia di aumento di fiducia dei clienti che di stimolo ad entrare a far parte di una categoria professionale emergente. In aggiunta, l'esistenza di un Albo nazionale degli MCB potrà favorire la creazione di una rete di supporto tra i Professionisti: la condivisione di esperienze, tecniche e buone pratiche tra i Operatori porterà certamente ad un miglioramento generale della qualità dei servizi, grazie ad una comunità professionale coesa e ben informata, fondamentale per affrontare le sfide e le opportunità che il settore presenta.

In conclusione, la collaborazione tra A.Na.M. e F.I.M.O.S. nella promozione di un Albo na-



zionale per gli MCB rappresenta un passo fondamentale per tutelare gli interessi dei Professionisti, migliorare la qualità dei servizi e garantire una rappresentanza efficace. Questo sforzo congiunto non solo rafforzerà la Professione, ma porterà anche benefici tangibili per i Professionisti e per i clienti. Investire nella for-

mazione, nella rappresentanza e nella creazione di una comunità professionale è essenziale per il futuro del settore, e la sinergia tra queste due associazioni è la chiave per raggiungere questi obiettivi.

La rivista di cui lo scrivente è Direttore responsabile (*ND, Natura docet: la Natura insegna*) rappresenterà la voce dei Professionisti MCB, il che sarà fondamentale per diverse ragioni:

- consentire la diffusione di ricerche originali e innovazioni;
- creare un “forum” per il dibattito e la condivisione di idee;
- implementare la credibilità della professione, elevando gli standard e migliorando la qualità del lavoro svolto;
- contribuire alla formazione di una comunità di esperti;
- promuoverne la collaborazione e il “networking”;
- offrire un canale costante di aggiornamento professionale, consentendo ai membri di rimanere informati sulle ultime scoperte e pratiche;



MCB

La professione di MCB fu introdotta con il Re-
gio Decreto n. 1310 del 13 settembre 1933, che
definiva il ruolo e le funzioni del “Massaggiato-
re e Capo Bagnino degli Stabilimenti Idrotera-
pici”. Questo decreto stabiliva che il MCB do-
vesse operare all’interno di stabilimenti termali
e balneari, con il compito principale di fornire
trattamenti di massaggio e assistenza ai bagnan-
ti, nonché di supervisionare la sicurezza in ac-
qua: una precisa figura professionale, quindi,
comprendente competenze sia nel campo delle
tecniche di massaggio che nel campo della sicu-
rezza acquatica. Questo decreto costituiva una
delle prime regolamentazioni ufficiali in Italia
per il riconoscimento e l’organizzazione delle
professioni. Nel corso dei decenni, la figura del MCB ha subito una profonda evoluzione,
ma il fondamento della professione è rimasto legato al trattamento fisico terapeutico e riabili-
tativo attraverso l’uso delle mani (massaggio) e dell’acqua (Idroterapia, oggi anche alla luce
delle nuove conoscenze fisico-quantistiche relative alla molecola senza la quale la vita non
esisterebbe). Sul piano regolatorio, un fondamentale tassello risale a poco più di una decina
d’anni fa, quando, con la Legge 4/2013, che riformava le Professioni non organizzate in Or-
dini e Collegi, la professione del MCB venne ribadita quale “Arte ausiliaria delle Professioni
sanitarie”, fornendo una legittimazione legale al suo operato, apportando al decreto originario
modifiche in termini di formazione e riconoscimento, perfezionando e riformando, quindi, la
Professione nel contesto moderno, anche per rispondere alla crescente domanda di terapie
naturali, “complementari” e non certamente “alternative” ai trattamenti medici di patologie e
disturbi, all’interno del sistema sanitario e del benessere. La legge stabilisce che i professio-
nisti che operano in ambito sanitario, come l’MCB, devono rispettare determinati standard
di qualità e formazione, e devono essere certificati attraverso associazioni professionali che
garantiscono l’aggiornamento continuo e la supervisione dell’attività. La formazione di un
MCB è un percorso che unisce teoria e pratica, ed è finalizzata a fornire al professionista una
preparazione completa per trattare una vasta gamma di disturbi muscoloscheletrici, migliorare
il benessere fisico e psicologico dei pazienti, e prevenire danni fisici legati a tensioni muscolari,
posture errate o infortuni. Il programma di formazione include nozioni di anatomia, fisiologia,
tecniche di massaggio, educazione posturale, tecniche di riabilitazione motoria e utilizzo di
elettromedicali: grazie a questa formazione multidisciplinare, un MCB rappresenta certamente
un operatore versatile, in grado di intervenire in diversi ambiti, dal trattamento di patologie
e disturbi responsivi ad interventi manuali o all’utilizzo di acqua (sempre dietro prescrizio-
ne medica), alla gestione “secondo natura” del benessere psicofisico dell’utenza, diventando
così una risorsa fondamentale anche in tutte quelle strutture che offrono servizi orientati al
benessere complessivo delle persone. Al Masso-Idroterapista MCB compete anche la gestione
di problematiche, identificate dal medico, legate al sistema linfatico: attraverso il drenaggio
linfatico, si favorisce infatti il miglioramento della circolazione e la rimozione delle tossine.
Inoltre, l’MCB può svolgere anche una funzione preventiva: le sue competenze possono infatti
essere utilizzate per educare i pazienti a migliorare la postura e ad adottare comportamenti che
riducono il rischio di infortuni o danni muscolari. Il massaggio, il trattamento delle contratture
muscolari e le tecniche per il miglioramento della circolazione sono da sempre considerati
strumenti efficaci per garantire una buona salute, a lungo termine.



La ricerca italiana nel mondo

Citofuturo

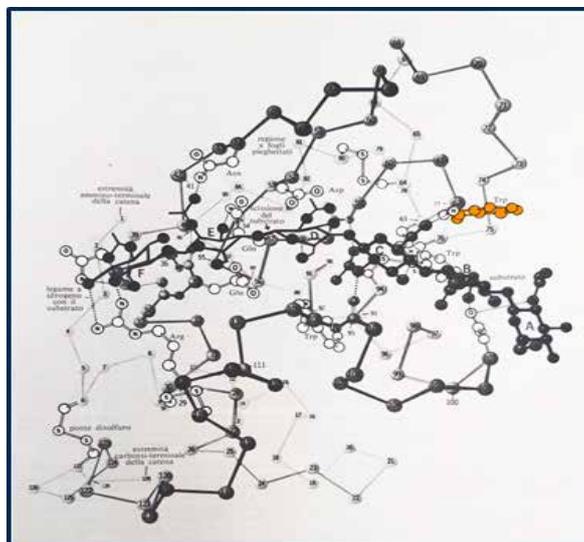
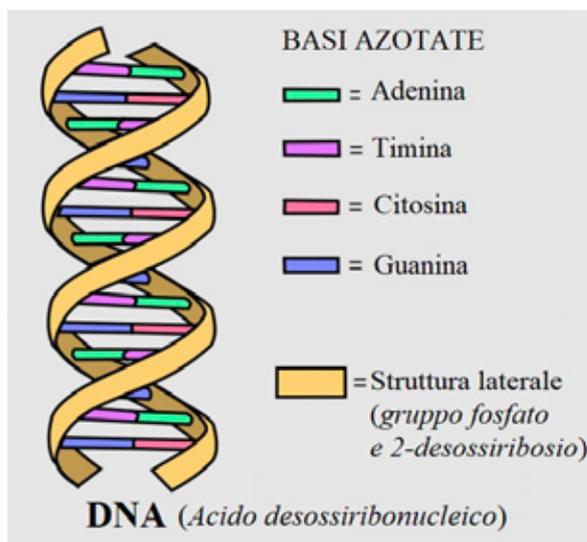
Cambia il paradigma della Ricerca scientifica



Roberto Rovelli
Ingegnere
chimico

La verità ha tempi sempre lunghi per emergere, soprattutto quando vengono scardinate radicate convinzioni, spesso sostenute da formidabili interessi economici, ma arriva sempre: finalmente anche la scienza “ufficiale” si rende conto che concetti come la “chiralità” molecolare non costituiscono solo nozioni teoriche della chimica organica (e biologica), avendo di fatto profonde implicazioni nella pratica medica. È di pochi giorni fa la pubblicazione sul numero 389 di “Focus” di un articolo incentrato sul problema che microrganismi “alieni” dal punto di vista chirale (definiti “mirror” in quanto “speculari”, come mano destra e mano sinistra), potrebbero comportare se sottoposti all’azione di farmaci studiati per le conformazioni enantiomeriche “normali”. L’articolo evoca il rischio legato al fatto che in taluni laboratori, in giro per il mondo, si stia lavorando alla creazione di forme di vita come queste ma, in realtà, molecole con opposta chiralità già caratterizzano, ad esempio, il metabolismo umano rispetto a quello pilotato dai virus durante la replicazione in cellule infettate. Con decenni di ritardo, da quando Pasquale Ferorelli, il fondatore della moderna Enzimologia biodinamica, Laurea Honoris causa in Scienze biologiche, ne intuì la portata. Erano i tempi della talidomide, i cui effetti avversi dipendevano da un solo enantiomero della miscela racemica del farmaco. Da allora prese corpo, in collaborazione con importanti università italiane ed estere, una sistematica ricerca delle conformazioni molecolari enzimatiche, nella “normalità” e in condizioni patologiche. Il tutto utilizzando l’unico strumento possibile, la Cristallografia a Raggi X, lo stesso strumento utilizzato da Rosalind Elsie Franklin per giungere a definire la struttura tridimensionale a “doppia elica” del DNA (con relativo Premio Nobel assegnato ad altri...). Ne è nata una nuova, rivoluzionaria visione di salute e malattia, compiutamente espressa attraverso centinaia di efficaci protocolli della cosiddetta Terapia Complementare Enzimatica. Un autentico sasso nello stagno, di cui ci parla l’Ing. Roberto Rovelli, nell’articolo che ci onoriamo di ospitare in questo numero della rivista.

*Massimo Radaelli,
ND, Natura docet: la Natura insegna, Direttore scientifico*



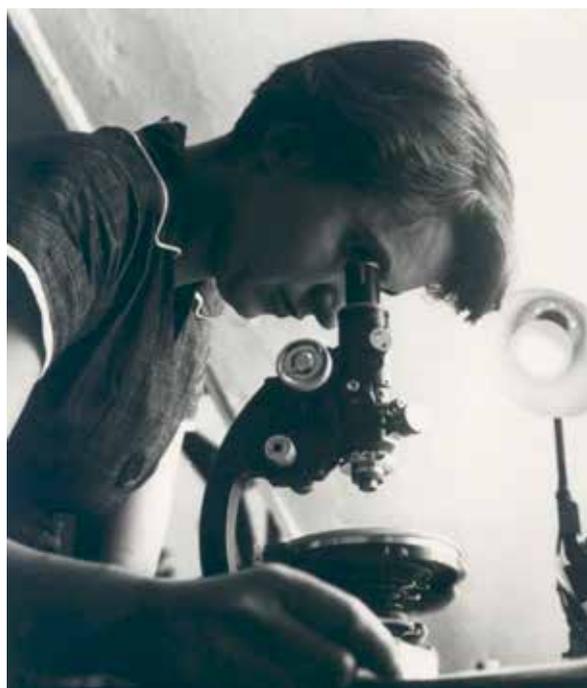


Lo scorso 20 febbraio, nel distretto di Lugano (Svizzera), presso il Centro eventi di Cadempino, si è svolto il convegno intitolato **“Prevenzione e Medicina naturale”**, organizzato da *“LiberamenteSani-La medicina integrata si incontra”*, realtà svizzera che si pone l’obiettivo di radunare tutte le associazioni interessate ad una sanità più umana, che rispetti la libertà di scelta di cura del paziente e la libertà di scelta terapeutica del professionista.

Più di un centinaio i partecipanti, che hanno seguito con grande interesse gli interventi di Medici e Ricercatori, focalizzati sull’importanza di un’approccio terapeutico integrato. Tra questi, dall’Italia, il Dott. Pasquale Ferorelli, che ha illustrato, con particolare riferimento alla Medicina rigenerativa, l’efficacia della Terapia Complementare Enzimatica sviluppata da Citozetec, azienda leader nell’ambito della Enzimologia biodinamica.

Intervistato al termine dell’evento, Ferorelli ha così sintetizzato l’innovativa visione alla base di una Ricerca scientifica che ha ormai valicato i confini europei, interessando e coinvolgendo la comunità scientifica più aperta al nuovo di USA, Federazione russa, Cina e Giappone.

“Il Gruppo di lavoro da me coordinato, in collaborazione con prestigiose realtà universitarie italiane ed estere, ha sviluppato un programma di calcolo il cui nome è già di per sé significativo del rivoluzionario cambio di visione in atto nella Metodologia clinica: “Citofuturo”.

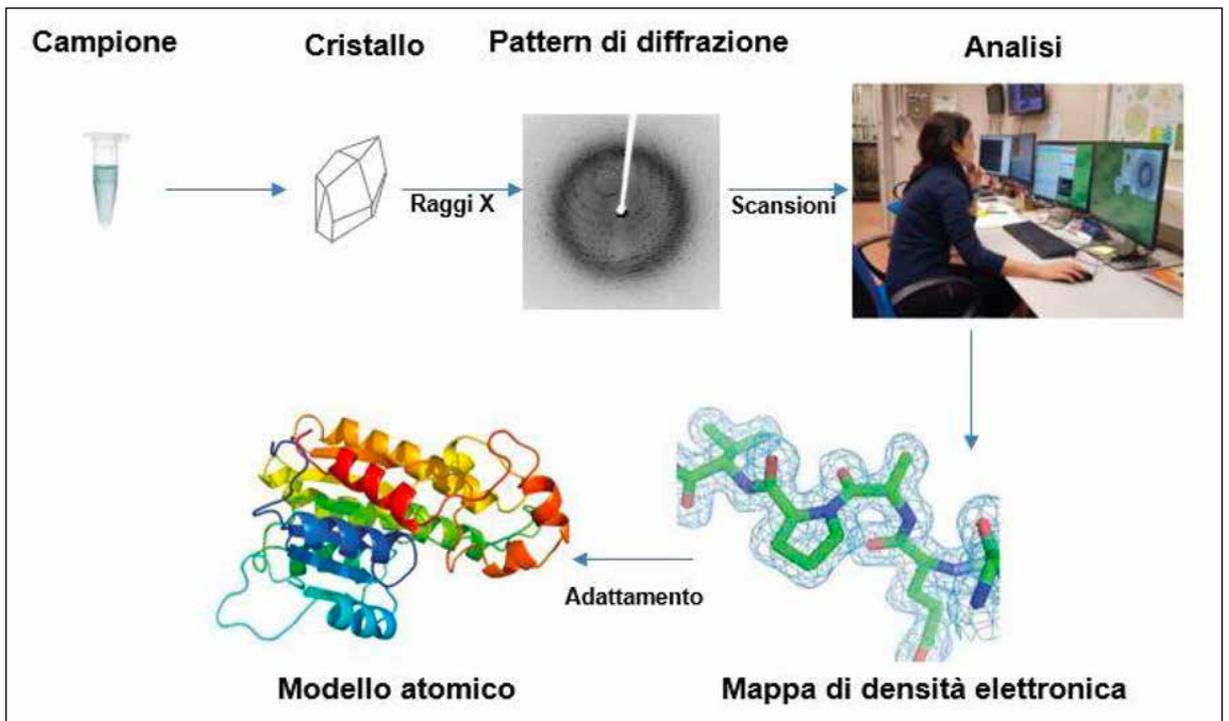


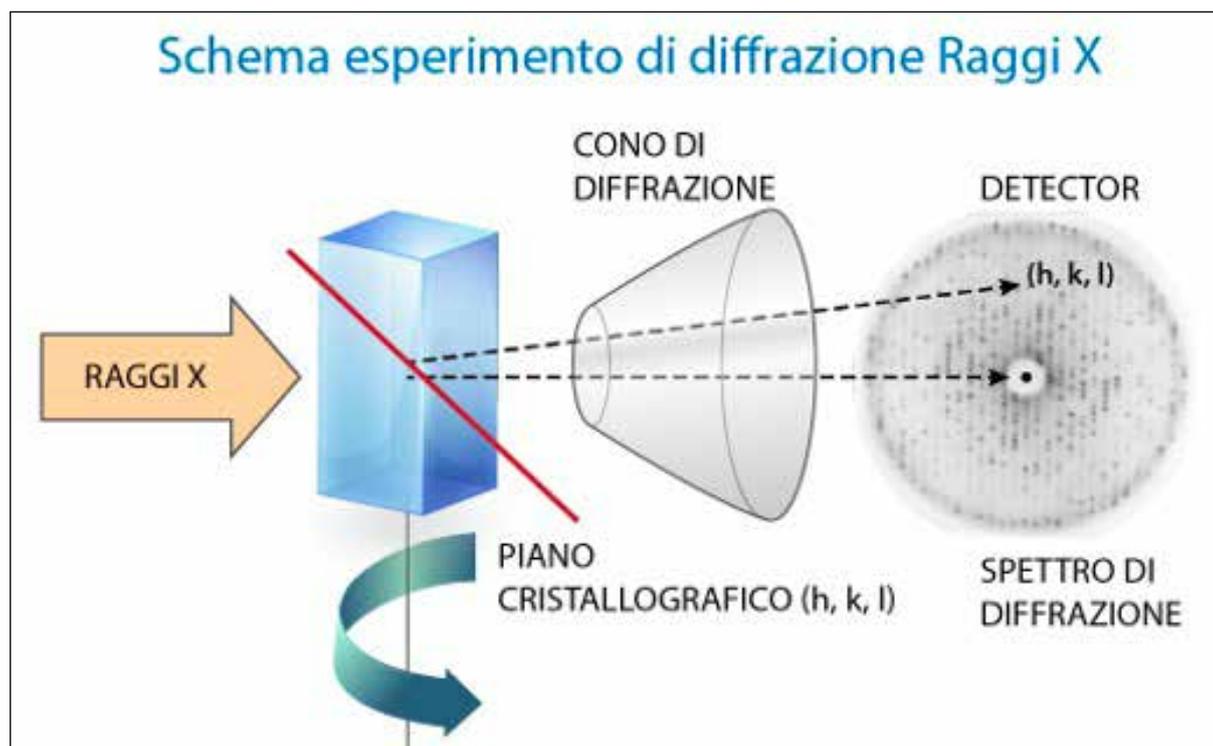


Un nome che racchiude la porta principale della nostra attività, lo sviluppo e la verifica di:

- nuove teorie;
- nuove metodologie;
- nuovi, conseguenti, algoritmi di calcolo.

Oggi si parla tanto di “Intelligenza artificiale”, ma il nostro metodo rappresenta certamente la più alta espressione dell’ “intus legere” umano, il “leggere dentro”: dentro ai segreti setessi della Natura, per giungere alla determinazione





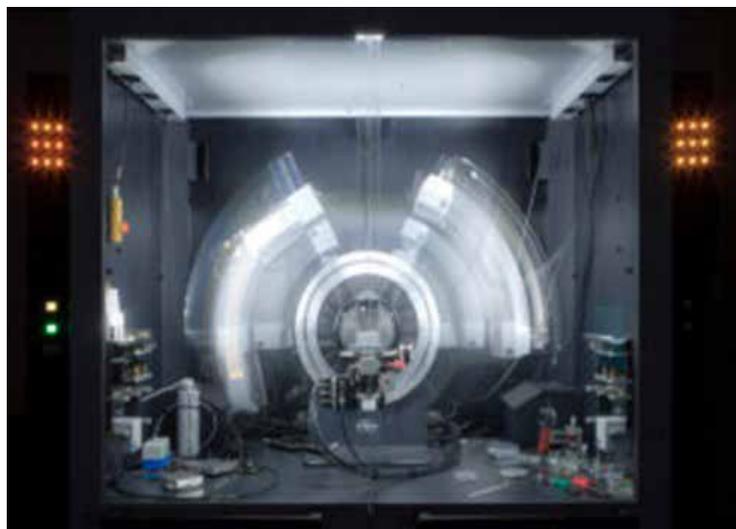
sterica degli enzimi (gli “operai” della cellula, alla base di salute e malattia) non solo attraverso lo studio della loro struttura atomico-molecolare cristallina, ma anche dal confronto con dati provenienti da analoghe rilevazioni cristallografiche su organi compromessi dalle malattie. La raccolta di tutti i dati rilevati nei tessuti biologici, consente (e consentirà sempre più) di progettare prodotti mirati verso i soli organi e tessuti specifici, a livello genotipico, epigenetico e fenotipico, discriminando patogeni, virus, cellule degenerate, tossine, cataboliti e contaminanti in genere, su cui intervenire efficacemente in termini enzimologici biodinamici. E qui entra in gioco la “chiralità”: vettori energetici “levogiri”, cioè fisiologici, vengono utilizzati dagli enzimi come arma naturale contro i patogeni, siano essi virus, batteri, micromiceti o anche cellule cancerose, che appaiono strutturalmente e funzionalmente diversi rispetto alla “normalità”, in quanto “destrogiri”. In Oncologia, ad esempio, i tessuti tumorali risultano “indifferenziati, e l’intervento avverrà riprogrammando le cellule verso la sintesi di nuovi componenti “normali”. In Infettivologia gli Integratori Alimentari Biodinamici si comportano letteralmente da “cavalli di Troia” nei confronti degli aggressori che, utilizzandoli, vengono aggrediti a livello metabolico dalla di-

versa conformazione chirale. Ciò che accomuna i rivoluzionari risultati della Terapia Complementare Enzimatica nei più diversi settori della patologia (dalle malattie neurodegenerative alle ulcere da pressione si può tranquillamente sintetizzare col termine di “rigenerazione”). “Citofuturo”, quindi, anche se il presente ne è già profondamente intriso”.

Per ulteriori informazioni:

<https://www.citozeatecsrl.ch/>

La distribuzione dei prodotti Citozeatec in Svizzera è affidata alla società FraEdo SA (tel. +41 91 2081564 - infoh24@fraedo.ch).



Quando la ricerca su animali fa scandalo

Un periodo di fuoco per la sperimentazione animale



Federica Nin,
Psicologa e
dottoressa in
Filosofia, socia
fondatrice di
OSA-Oltre la
Sperimentazione
Animale,
studiosa di
sperimentazione
animale, metodi
sostitutivi,
Filosofia
morale,
Epistemologia,
membro del
Comitato
scientifico di
ND, Natura
docet: la natura
insegna

I FATTI, IL POTERE DELLE PAROLE, IL CONVITATO DI PIETRA

Hanno fatto scalpore gli orrori emersi il 15 gennaio dal blitz della Guardia di Finanza di Catanzaro, su delega della locale Procura della Repubblica, presso l'Università Magna Graecia (UMG) di Catanzaro¹: arrestati alcuni vertici del *gotha*² dei docenti e ricercatori dell'ateneo - incluso l'ex rettore Giovambattista De Sarro - e almeno trenta indagati tra personale dell'Università e dirigenti dell'Azienda Sanitaria Locale. Sono indagati a vario titolo per associazione a delinquere, corruzione, falso, truffa aggravata ai danni dello Stato, maltrattamento e (per alcuni di essi) uccisione di animali. Il convitato di pietra dell'intera operazione e dei relativi reportage giornalistici è la vivisezione, che per motivi di accettabilità sociale e di censura da parte di chi la pratica e di chi la difende è oggi più reclamizzata come "sperimentazione animale" (da qui in poi S.A., NdR). Un tempo si diceva "se non è zuppa è pan bagnato", ma anche questa è una verità non gradita a coloro che hanno interesse a ridenominare tutto ciò che piace poco, per conferirgli grazia e accettabilità. D'altra parte, è un fatto che le parole creino mondi: non si limitano a descrivere la realtà. Le parole contano: filtrano la realtà, la indirizzano, la plasmano. Hanno potenzialmente conseguenze, legate ai loro poco appariscenti richiami semantici, valoriali, emotivi. Etichettare la realtà ci permette di conoscerla e parlarne; cambiare le etichette mira a cambiarne la percezione, anche se la realtà è la stessa che prima aveva un'etichetta diversa. Rietichettare la vivisezione permette di nascondere e dimenticarla. Essa non solo è una realtà occultata in laboratori segreti e inaccessibili, si pretende inoltre di farla sparire anche dal linguaggio. Ma torna a galla quando nei muri che la nascondono si aprono crepe da cui entrano

sciabolate di luce a rivelarla, come è accaduto all'Università e all'ASL di Catanzaro.

TRE INELUDIBILI OSSERVAZIONI E UNA DOMANDA

Le indagini dei Nas hanno portato alla luce i maltrattamenti degli animali d'uso scientifico, le condizioni non igieniche dei laboratori, le tante violazioni. Ma non si può fare a meno di segnalare una prima osservazione: cioè che **lo scandalo è esploso per reati principalmente finanziari: altrimenti, per il "solo" maltrattamento animale la vicenda non avrebbe avuto questa risonanza**. Ciò che le indagini dei Nas hanno portato allo scoperto è un **collaudato** (in modo continuativo dall'anno 2015!³) **sistema illecito**, una rete di false attestazioni e **ispezioni pilotate** tra i due enti pubblici - Università e Asl - finalizzata a ottenere **finanziamenti illeciti**: circa 2 milioni di euro, non noccioline, pagati dai contribuenti anche se questo non viene mai esplicitato. Il nodo cruciale sono le ispezioni pilotate dell'ASL per coprire la gestione degli esperimenti e degli stabulari, perché invece le ispezioni a sorpresa, se correttamente condotte, e se sistematiche (**ma non lo sono nemmeno secondo le cosiddette "stringenti" norme europee e italiane**⁴) avrebbero prodotto rilievi tali da far chiudere tutto, e addio finanziamenti e continuazione degli esperimenti stessi: topi seviziati, con perdita di scientificità per il sovrapporsi delle influenze biologiche di paura, stress, angoscia, danno grave sui risultati delle ricerche, laboratori sporchi al di là delle minime norme igieniche.

Una seconda osservazione doverosa è che **questi orrori vengono sempre scoperti "per caso", attraverso una qualche breccia accidentale nel muro della segretezza**: attraverso una "soffiata" di un lavoratore interno allo

stabulario, oppure attraverso un'associazione animalista che riesce a penetrare all'interno in maniera clandestina o fa una denuncia. Questo significa l'inesistenza di controlli che non siano pilotati. In terzo luogo, ad essere **episodico**, cioè meramente accidentale, è **solo l'aprirsi di queste breccie, NON ciò che attraverso di esse diventa finalmente visibile**. E quand'anche le indagini preliminari non siano ancora prova di reato (il sistema garantista giuridico italiano vuole si arrivi al terzo grado di giudizio), ciò che si vede resta gravissimo e illuminante. Sicuramente Catanzaro non è un caso isolato, tant'è vero che, ancora in questi giorni, sono state ispezioni a sorpresa richieste dal Consiglio di Stato ai Carabinieri del CUFA anziché all'ASL a rivelare maltrattamenti e violazioni anche nei laboratori APTUIT di Verona⁵, a danno dei miti cani beagle lì sottoposti a sperimentazione. E all'Università di Ferrara⁶, l'uccisione del macaco sperimentato, ha scatenato un'indagine che ha portato alla luce ulteriori violazioni etiche, aprendo interrogativi sugli altri cinque macachi detenuti in singole gabbie anguste e privati della socializzazione e della luce naturale per i quali è stato chiesto il sequestro preventivo (da Leal). Una domanda non solo legittima, ma anche doverosa, è *“Dov'è la scienza in tutto ciò?”*

IL PESO DELLA SOFFERENZA ANIMALE SUI RISULTATI SCIENTIFICI

Sarebbe ora che queste ennesime fotografie della situazione dei laboratori finalmente facesse scoppiare il bubbone degli effetti dell'intero “sistema S.A.” sulla affidabilità e validità⁸ dei risultati, che **fa implodere ogni pretesa di scientificità**. Il sindacato dei vivisettori ovviamente cerca di ridurre il tutto ad accidentali violazioni delle norme etiche e legali, ad episodi isolati dovuti a qualcuno che deplorvolmente ha fatto qualcosa contro la legge, la quale viceversa a loro dire sarebbe protettiva sia del “benessere”(!) degli animali sia della scientificità della ricerca. È loro interesse ridurre tutto a una questione di poche o alcune mele marce, distogliendo l'attenzione pubblica dal giustificato sospetto che sia marcio tutto il cesto, e tagliando le gambe a chi sostiene che la S.A. sia ormai da abolire perché non veramente al servizio degli scopi dichiarati (il bene dell'umanità, la tutela della salute umana). Partiamo dal ricono-

scimento di un alfiere della S.A., Silvio Garattini - in seno all'organizzazione Pro-Test che non fa mistero di difendere a oltranza la S.A. più di qualunque altro aspetto della ricerca biomedica, cioè R4L -, per cui se abbiamo animali che hanno un eccesso di dolore o che hanno stress inutile, alla fine non studiamo correttamente il problema che ci interessa⁹. Di fatto esiste un crescente corpo di prove provenienti da una vasta gamma di fonti che dimostrano che gli animali il cui benessere è compromesso sono spesso anormali dal punto di vista fisiologico e immunologico e che gli esperimenti che li utilizzano possono giungere a conclusioni inaffidabili. E infatti è sulla richiesta di scientificità (e non tanto su spirito compassionevole) che si fonda la crescente letteratura sia scientifica che divulgativa sulla questione se servano “animali felici per fare buona scienza”¹⁰ e sulle tecniche di arricchimento-perfezionamento delle condizioni di stabulazione degli animali da laboratorio. Allora, la scientificità di ricerche fatte su animali è tutta da dimostrare anche qualora non venissero violate le norme etiche e legali; difatti, il “benessere” degli animali da laboratorio regolamentato dal **Decreto Legislativo n. 26 del 4 marzo 2014**, che attua la **Direttiva 2010/63/UE sulla protezione degli animali utilizzati a fini scientifici** come può venire garantito quando la protezione di quegli animali è palesemente in coda e asservita alle priorità delle istituzioni scientifiche e accademiche, che sono incassare fondi pubblici, favorire carriere e assunzioni immeritate e chissà cos'altro?¹¹

IL DOVERE DELLA LEGALITÀ È SUFFICIENTE? (TORTURE A NORMA DI LEGGE)

Senza tanti giri di parole, sia detto chiaramente che l'intera normativa è un perfetto ossimoro (si afferma una parola e subito la si contraddice con il suo opposto, ma ciò non sempre spiazza il lettore davanti a una corrispondenza illogica dei due termini); è un trattato di ipocrisia, che tartufescamente mette torture, sevizie, danneggiamenti d'ogni genere, uccisioni e via dicendo su un palcoscenico in cui si fa sfoggio di norme di presunta protezione di benessere animale, approfittando del fatto che i documenti non possono arrossire. Leggendola si vedrà che **tutta la normativa è piena di deroghe** e potrebbe essere impiegata come manuale da cui estrapolare

tecniche per fare promesse populistiche per immediatamente ridimensionarle e negarle. Emblematico: ciò che garantirebbe sia tutela degli animali che scientificità delle “procedure” (gli esperimenti), e inoltre sarebbe atto a dimostrare che non si tratti di vivisezione, è - secondo il sindacato dei vivisettori - l’impiego cosiddetto obbligatorio (!) dell’anestesia nelle procedure; senonché, nelle poche righe dello stesso articolo, si certifica che anestesia e analgesia non s’han da fare per la sperimentazione di anestetici ed analgesici e qualora incompatibili con le finalità delle procedure¹².

Quello che dice la normativa lo possono leggere tutti quanti, è pubblico. Il sistema di principi e corrispettive deroghe non richiede neanche di essere illustrato, è lì, nero su bianco. La **Direttiva 2010/63/UE** del Parlamento europeo e del Consiglio, «sulla protezione degli animali utilizzati a fini scientifici», nella sua “versione consolidata”, è qui: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/IT/TXT/?uri=CELEX:02010L0063-20190626>.

Il **Decreto Legislativo 4 marzo 2014, n. 26**, «Attuazione della direttiva 2010/63/UE sulla protezione degli animali utilizzati a fini scientifici», è qui: <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/2014/03/14/14G00036/sg>. Per uno spaccato emblematico delle violenze perfettamente legalizzate e regolamentate da questa normativa che dice di proteggere gli animali da esperimento, si consulti in particolare l’**Allegato intitolato «Classificazione della gravità delle procedure»**, che è il numero VIII nella direttiva UE ed è il VII nel recepimento italiano.

L’Allegato VII del D.Lgs 4 marzo 2014, è disponibile anche su un link diretto:

https://www.gazzettaufficiale.it/atto/serie_generale/caricaArticolo?art.progressivo=0&art.idArticolo=1&art.versione=1&art.codiceRedazionale=14G00036&art.dataPubblicazioneGazzetta=2014-03-14&art.idGruppo=7&art.idSottoArticolo1=10&art.idSottoArticolo=1&art.flagTipoArticolo=7

Anche l’**Allegato IV, «Metodi di soppressione degli animali»** può essere una lettura edificante, presente a questo link diretto: https://www.gazzettaufficiale.it/atto/serie_generale/caricaArticolo?art.progressivo=0&art.idArticolo=1&art.versione=1&art.codiceRedazionale=14G00036&art.dataPubblicazioneGazzetta=2014-03-14&art.idGruppo=7&art.idSottoArticolo1=10&art.idSottoArticolo=1&art.flagTipoArticolo=7

[Gazzetta=2014-03-14&art.idGruppo=7&art.idSottoArticolo1=10&art.idSottoArticolo=1&art.flagTipoArticolo=4](https://www.gazzettaufficiale.it/atto/serie_generale/caricaArticolo?art.progressivo=0&art.idArticolo=1&art.versione=1&art.codiceRedazionale=14G00036&art.dataPubblicazioneGazzetta=2014-03-14&art.idGruppo=7&art.idSottoArticolo1=10&art.idSottoArticolo=1&art.flagTipoArticolo=4)

E come e dove devono essere sistemati e detenuti i cani, gatti, conigli, criceti, topi, ratti e i vari animali “tutelati” grazie alla normativa? Una scorsa all’**Allegato III «Requisiti per gli stabilimenti e per la cura e la sistemazione degli animali»** soddisferà anche questa curiosità, al link diretto: https://www.gazzettaufficiale.it/atto/serie_generale/caricaArticolo?art.progressivo=0&art.idArticolo=1&art.versione=1&art.codiceRedazionale=14G00036&art.dataPubblicazioneGazzetta=2014-03-14&art.idGruppo=7&art.idSottoArticolo1=10&art.idSottoArticolo=1&art.flagTipoArticolo=3

Leggere e far leggere la normativa è opportuno, per permettere a ciascuno di vedere e valutare in che modo e quanto una applicazione rigorosa delle norme possa e riesca a impedire o limitare veramente – nei fatti - *dolore* e *stress*, e anche *distress*, *angoscia* e *danno grave*, dato che questi sono i termini con cui la normativa descrive la sofferenza degli animali sperimentali.

LA SA COME «VIVISEZIONE DOLCE» È POSSIBILE? RESTA UNA PRATICA VIOLENTA

Non si creda che possa esistere una “vivisezione dolce” (in questo modo già a fine 800 femministe del tempo sbeffeggiavano i vivisettori^{13*}). Anzi, è necessario cambiare radicalmente il sistema, già a partire dalle parole che si usano, che pure hanno un peso. “Benessere animale”? “Organismo preposto al benessere animale”? Anche nelle migliori condizioni di stabulazione e osservando tutte le norme (cioè in una condizione idilliaca inesistente nella realtà), si può continuare a parlare di “benessere” prendendo a riferimento animali stabulati? E, peggio ancora, esaminando con quanta fantasia si cerca di replicare maldestramente negli animali le patologie proprie solo dell’essere umano (anzi, di una particolare parte di esseri umani, e non di tutti), per produrre cosiddetti “modelli animali sperimentali”? Il sindacato dell’industria della vivisezione e i giornali auspicano che *‘le responsabilità vengano pienamente accertate e che le pratiche di sperimentazione violente non vengano più tollerate.’* Ma sarebbe ora che il più ampio pubblico sia conscio del fatto che **l’intera S.A. è un’attività violenta**, come for-

malmente qualificata da una Legge dello Stato, la **L. 413/1993** sul **diritto alla obiezione di coscienza**¹⁴ che mette, nero su bianco, la S.A. tra le forme di violenza sugli esseri viventi. È una attività atroce, una vera e propria “normalizzazione dell’impensabile”, come l’ha definita Kay Peggs, Professore al Dipartimento di Criminologia e Sociologia della Kingston University. Sostiene che «L’abuso intenzionale e di routine sugli animali, esseri senzienti innocenti, che comporta danno, dolore, sofferenza, reclusione stressante, manipolazione, commercio e la morte, dovrebbe essere impensabile. Eppure, la sperimentazione animale è proprio questo: la normalizzazione dell’impensabile»¹⁵. Il fatto che la legge giustifichi e normi tale violenza non le toglie lo status di violenza, e inoltre la storia ha ampiamente insegnato che non tutto ciò che è legale è anche giusto. (Hannah Arendt ci ha spiegato che in alcuni casi il male può annidarsi nello svolgere, banalmente, il compito assegnatoci, senza preoccuparci minimamente delle conseguenze del nostro agire. Certo, quello era un caso limite, come estreme sono tutte le circostanze in cui la giustizia ha dimostrato che il giusto era nel non rispetto delle leggi, ovvero che il rispetto delle leggi non è di per sé garanzia di giustizia.)

La normativa è sufficiente *ad arginarla*, tale violenza? Ed è sufficiente volere solo arginarla, alla luce delle conoscenze scientifiche sulla *senzienza* degli animali non umani, delle loro capacità cognitive, emotive, relazionali?

ALBERT BANDURA, UNA CHIAVE DI LETTURA UTILE ANCHE PER LA PSICOLOGIA DELL’ABUSO E DELL’AUTO-ASSOLUZIONE

La SA configura un sistema violento - un sistema che solo l’inchino al *politically correct* scoraggia dal definire marcio -, che induce **assuefazione e deresponsabilizzazione**¹⁶, un vero “**disimpegno morale**” quale è stato ben analizzato dalla Psicologia, per esempio da Albert Bandura (2016)¹⁷, il quale con tale concetto fa riferimento alla capacità che abbiamo di disimpegnarci dalle nostre *autosanzioni* morali e di venire a patti con i nostri criteri morali, riuscendo a mantenere comunque un senso di integrità. Con il disimpegno morale le persone usano il ragionamento per **nobilitare azioni francamente nocive** o per allontanare da sé la

responsabilità delle stesse. Gli “**8 meccanismi del disimpegno morale**” di Bandura si prestano a essere impiegati come chiave di lettura anche alla pratica della S.A. e alla comprensione di come venga risolta la eventuale dissonanza cognitiva (e il marcato disagio psicologico che essa comporta) tra il nuocere agli animali da esperimento e il risponderne a qualcuno o a sé stessi.

I meccanismi di disimpegno morale operano attraverso **meccanismi cognitivi e sociali**:

1. *Giustificazione morale*, 2. *Confronto vantaggioso*, 3. *Etichettamento eufemistico*, 4. *Spostamento della responsabilità*, 5. *Diffusione della responsabilità*, 6. *Minimizzare ignorare o distorcere le conseguenze*, 7. *Deumanizzazione*, 8. *Attribuzione della colpa alla vittima*.

Non si può qui trattarli tutti, ma qualche esempio, sia pure presentato in estrema sintesi, può servire. La “**Giustificazione morale**”, che nobilita le pratiche dannose in virtù di finalità giuste e scopi onorevoli, trasformando la condotta riprovevole (nei laboratori si compiono atti che fuori di lì sono reati) in socialmente e personalmente accettabile ritraendola al servizio di scopi altamente morali, è chiaramente riconoscibile nella pretesa di cercare qualcosa - cure e terapie - per il bene dell’umanità. Il meccanismo del “**Confronto vantaggioso**”, con cui un’azione riprovevole viene resa più accettabile confrontandola con una che potrebbe risultare più condannabile, o magari già ammessa da molti, è riconoscibile nel tipico spostare l’attenzione sul Carnismo o sulla lotta ai Pest come le derattizzazioni. Altrettanto visibile è l’”**Etichettamento eufemistico**”, adottato perché il modo in cui chiamiamo gli eventi modella la percezione che abbiamo degli stessi si palesa per esempio con il ricorso a termini come “sacrificare” al posto di uccidere, e con il già citato tentativo di ri-etichettare la vivisezione; gli animali cavia vengono perfino chiamati “nostri alleati” nella ricerca, quasi fossero soggetti consensuali e non usati come cose. Anche lo “**Spostamento della responsabilità**”, facendola discendere da un’autorità superiore, è palese nelle continue dichiarazioni del tipo “lo prescrive la legge” (questo negli USA finalmente non si potrà più dire¹⁸), “noi rispettiamo le leggi e i regolamenti che proteggono gli animali usati nella ricerca, secondo le leggi nazionali e gli standard internaziona-

li”, “noi rispettiamo i tre principi normativi ed etici di **sostituire** (*replace*) gli esperimenti con gli animali se è possibile, sforzandoci di **ridurre** (*reduce*) al minimo il numero di animali di cui non possiamo fare a meno, e di **migliorare** (*refine*) le condizioni degli animali, minimizzando lo stress e il dolore”, “il progetto è stato autorizzato dal comitato etico / dal Ministero”... e via dicendo. Insomma, sembra sempre che tutti lo facciano malvolentieri, ma lo facciano perché devono, in una palese auto-assoluzione.

La “**Diffusione della responsabilità**”, per cui l’azione collettiva dà legittimità alle azioni lesive, permette di attribuire la responsabilità più agli altri che a sé stessi, si realizza ovviamente in un contesto condiviso come un progetto sperimentale, un laboratorio, una procedura. Il problema è, però, che la responsabilità di tutti o di tanti equivale a nessuna responsabilità, come se non fosse sotto gli occhi di tutti, e stridente, il fatto che il ricercatore il quale in buona fede dice o pensa che “se fosse possibile ne farebbe a meno”, dovrebbe militare in prima fila sia tra i ricercatori che si impegnano nella applicazione e ricerca di metodi non cruenti human-based per contribuire a velocizzare la transizione a metodi senza animali, sia tra coloro che si prodigano per supportare culturalmente e finanziariamente la ricerca alternativa. E il bello è che il *Replacement* degli animali, la loro Sostituzione, è lo scopo principe e ufficiale dell’intera normativa. E dunque concentrarsi sul concetto del “quando sarà possibile (ma ora no)” senza utilizzare ciò che già lo è, e senza contribuire alla ricerca per trovare altro ancora, è auto-assoluzione. Penso e spero che, di fronte alla propria coscienza, e alla realtà dei Nuovi Approcci Metodologici già esistenti e in crescita continua, non possa durare per sempre.

CONCLUSIONI

La ricerca per uso umano condotta su animali è una medaglia a due facce: ci sono sia un problema etico che un problema scientifico. Non ci può essere un vero progresso tecnologico e scientifico nella società, senza un contemporaneo progresso morale: la scienza priva di paletti dettati dalla morale genera mostri e aberrazioni. **È stato detto che il sonno della ragione genera mostri, di molto più grandi e terrificanti ne genera il silenzio della coscienza.** Storicamente

(e probabilmente tuttora) eseguita anche su umani marginalizzati, è la pratica in sé, basata sulla sottrazione violenta di libertà e salute, fino alla morte, a dover essere condannata.

Dall’altro lato, chiedere giustizia nei casi che vengono allo scoperto non è risolutivo. Non è punendo singoli episodi che riavremo una scienza affidabile, etica e credibile cui affidarci con fiducia, cui affidare la ricerca di cure per le malattie umane. L’uso di animali infatti può portare a risultati fuorvianti a causa delle differenze interspecie, è ormai ampiamente accusato di non fornire modelli affidabili per prevedere gli effetti di farmaci o trattamenti sugli esseri umani, considerato che il più delle volte dà risultati che non sono replicabili negli studi umani; infatti, porta a cestinare mediamente il 95%¹⁹ delle molecole testate su animali per mancanza di efficacia e/o effetti collaterali che compaiono sugli umani. Gli studi sugli animali soffrono intrinsecamente di problemi di standardizzazione e di variazioni che influenzano la riproducibilità degli esperimenti, e questo non può non portare a dubbi sulla robustezza e sulla generalizzabilità dei risultati scientifici ottenuti; e ciò, quand’anche non ci fossero i correlati fisiologici della sofferenza animale a intralciare e confondere i risultati. Sofferenza sia fisica che psicologica: da quanto tempo sappiamo che perfino la ricerca su umani, se incarcerati, non produce niente di generalizzabile ad altri umani?

La S.A. è anacronistica: è inadeguata a rispondere agli attuali quesiti scientifici, che richiedono di ottenere risposte a livello sistemico, in un contesto di complessità, secondo una concezione ‘onnicomprensiva’, olistica, della biologia, mentre invece la S.A. è figlia del riduzionismo più accanito nonostante si pretenda di usarla in virtù di una presunta risposta complessa. Ma riprodurre la complessità e multi-dimensionalità delle condizioni umane in altre specie animali è un esercizio assurdo, oltre che pericoloso²⁰, dato che S.A. ci allontana dalla possibilità di fare scoperte scientificamente utili per gli esseri umani²¹. L’unica cosa certa oltre alla violenza e alla crudeltà, è che essa è funzionale al sistema delle pubblicazioni e dei finanziamenti utili per fare carriera accademica. Ignorarlo è gravissimo perché non tutela la vera scienza.

In causa ci sono la sofferenza e la morte di vite

animali, ma **anche fondi pubblici** (cioè di tutti noi) che vengono elargiti sulla base di cosa, su una fiducia mal riposta? Il sistema, dunque, deve cambiare: stop a ingenti fondi alla S.A. mentre ai metodi sostitutivi nessun centesimo. **Le alternative alla sperimentazione animale** sono diventate sempre più importanti nel contesto della ricerca scientifica, tant'è vero che negli USA non è più obbligatorio testare farmaci sugli animali grazie al FDA Modernization Act²² che permette alle agenzie del farmaco di utilizzare metodi human-based. In questo modo, la Food and Drug Administration, FDA, l'organo di controllo dei farmaci americano per la sicurezza e l'efficacia, ha aperto la strada all'espansione dell'uso di metodi alternativi, i NAM, e di fatto favorisce l'accelerazione dello sviluppo di farmaci di maggiore rilevanza umana ed etici. Insomma, cambiare paradigma abbandonando la SA non impedisce o frena la ricerca biomedica, anzi. Perché c'è molto altro "oltre alla" – anzi, meglio dire "invece della" – sperimentazione su animali: "Nuovi Approcci Metodologici" (NAM), dall'ingegneria genetica agli organi artificiali fino ai tessuti sintetici e via dicendo, applicati lavorando con cellule umane. Come? Mediante delle innocue biopsie, infatti i campioni di tessuto umano per la ricerca biologica, come da codice etico, si ottengono tramite donazione di organi o da tessuto pre-

levato durante procedure chirurgiche. Anziché sperimentazione su animali, è sperimentazione human-based, rilevante per la biologia umana, condotta in modo perfettamente etico, senza danneggiare nessuno. Addirittura, poiché le Cellule Staminali Pluripotenti Indotte (iPSC) sono cellule staminali che si generano in laboratorio (per questo definite staminali etiche) a partire da cellule mature di una persona adulta, si ricavano anche senza biopsie: dalle cellule presenti nel sangue, urine, saliva. Servono poche cellule.

Anziché prendere a nostro modello degli animali non umani, è più logico e opportuno utilizzare materiale umano, proprio come serve il gatto per studiare il gatto, il cane per studiare il cane. Insomma, chiedere una ricerca specie-specifica è questione squisitamente scientifica e di interesse collettivo. Le metodologie sostitutive, integrate tra loro e agli studi osservazionali ed interventistici su esseri umani, sono giudicate in grado di accelerare il progresso della ricerca biomedica sulle malattie umane complesse e di sostituire gli animali, per un approccio alla ricerca scientificamente valido ed eticamente sostenibile.

Si prenda definitivamente atto che serve una svolta, che è necessaria scientificamente e non soltanto eticamente e, a cascata, necessaria anche giuridicamente.

1) La notizia è stata pubblicata su molte testate giornalistiche e social. Eccone pochi esempi, ma online ce ne sono moltissimi, che merita visionare per cogliere i toni da film dell'orrore:

<https://www.ilfattoquotidiano.it/2025/01/15/ispezioni-pilotate-nei-laboratori-delluniversita-di-catanzaro-11-arresti-ce-anche-lex-rettore-de-sarro/7837515/>; <https://www.lacnews24.it/cronaca/topi-sevizati-e-laboratori-troppo-caldi-linchiesta-sulluniversita-di-catanzaro-travolge-anche-il-luminare-indolfi-e-il-prof-mollace-le-accuse-xkojnszn>; <https://www.ilvibonese.it/cronaca/505986-cavie-uccise-sbattendole-al-muro-le-accuse-che-hanno-portato-a-11-arresti-tra-asp-e-universita-di-catanzaro/>; <https://www.lacnews24.it/cronaca/laboratori-lager-alla-magna-graecia-dossier-e-tentativi-di-depistaggio-per-la-procura-di-catanzaro-il-sistema-ha-altri-complici-edw3qfus>; <https://www.lacnews24.it/cronaca/terremoto-sui-laboratori-dellumg-ecco-perche-il-maltrattamento-sugli-animali-puo-inquinare-ricerche-costate-quasi-2-milioni-k9trm8ev>

2) I giornali li hanno definiti "il gotha dell'UMG di Catanzaro", e di fatto sei (6) docenti della UMG di CZ sotto inchiesta fanno parte dell'elenco dei 51 docenti dell'UMG di Catanzaro entrati nella World's Top 2% Scientists ranking, ovvero nella classifica mondiale delle scienziate e degli scienziati con il livello più elevato di produttività elaborata dalla celebre università californiana di Stanford in collaborazione con Elsevier: Britti Domenico (agli arresti), Mollace Vincenzo, De Sarro Giovambattista (agli arresti), Indolfi Ciro, Galleli Luca, Russo Emilio (Fonte: <https://web.unicz.it/it/news/112395>).

3) cfr. Il Post it ITALIA Giovedì 16 gennaio 2025. <https://www.ilpost.it/2025/01/16/inchiesta-maltrattamenti-animali-universita-magna-graecia-catanzaro/>

4) Vedasi il paragrafo "Ispezioni" in "Summary of Directive 2010/63/EU Protection of laboratory animals, dove risulta che "La frequenza delle ispezioni è determinata dai rischi specifici di ogni stabilimento. Tuttavia, almeno un terzo degli stabilimenti degli utenti viene ispezionato ogni anno e una parte di questi viene ispezionata senza preavviso. Gli allevatori, i fornitori e gli utilizzatori di primati non umani vengono sottoposti a ispezioni almeno una volta all'anno). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=legissum:sa0027#:~:text=Directive%202010%2F63%2FEU%20sets,testing%20of%20products%20and%20substances>.

5) <https://www.greenme.it/animali/cani-beagle-e-scimmie-sequestrati-per-maltrattamento-dai-laboratori-di-ricerca-a-verona-per-loro-inizia-una-nuova-vita-senza-crudelta/>

- 6) <https://leal.it/2025/01/24/leal-chiede-il-sequestro-dei-macachi-detenuti-preso-unife-ci-constituiremo-parte-civile/>
- 7) <https://www.oltreasperimentazioneanimale.eu/maltrattamenti-uccisioni-senza-regole-ricerche-falsate-dove-e-la-scienza/>
- 8) Tralasciando il fatto risaputo che la SA non è mai stata validata, la questione della mancata “validità esterna” non è abbastanza nota al pubblico e va segnalata. Cfr. Pound P, Ritskes-Hoitinga M. Is it possible to overcome issues of external validity in preclinical animal research? Why most animal models are bound to fail. *J Transl Med.* 2018;16(1):304. Published 2018 Nov 7. doi:10.1186/s12967-018-1678-1
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6223056/>; <https://www.oltreasperimentazioneanimale.eu/perche-la-maggior-parte-dei-modelli-animali-e-destinata-a-fallire/>
- 9) «Gli animali devono essere trattati, e poter stare, nel modo meno difforme possibile da come vivrebbero in natura: la ricerca è fatta per rispondere a domande specifiche, che sono alterate se un animale è stressato o sofferente. Di conseguenza, se si trova in queste condizioni, tutto ciò che di fatto ci troviamo a studiare sono proprio stress e sofferenza.» <https://www.research4life.it/silvio-garattini-sessantanni-di-ricerca-e-limportanza-della-formazione-sui-modelli-animali/>
- 10) David Grimm, “Are happy lab animals better for science?”, *Science org*, 7 Feb 2018, può fornire un inquadramento divulgativo della questione (<https://www.science.org/content/article/are-happy-lab-animals-better-science>)
- 11) “Il declino dei saperi umanistici”, Ernesto Galli della Loggia, 26 gennaio 2025, con particolare riguardo alla critica vs gli indici di produttività accademica (che possiamo riconoscere anche alla base dello scandalo dell’UMG di Catanzaro, col suo 51° posto nella classifica mondiale delle scienziate e degli scienziati con il livello più elevato di produttività (vedi Nota 2).
- 12) L’art. 14 della Direttiva prevede l’anestesia «salvo non sia opportuno». Chiaramente non lo è «se è incompatibile con lo scopo della procedura». Idem per un trattamento analgesico preventivo e postoperatorio: è previsto «sempre che ciò sia compatibile con la finalità della procedura». Il corrispettivo art. 14 del DL italiano non se ne discosta: «Sono vietate le procedure che non prevedono anestesia o analgesia, [...] ad eccezione delle procedure per la sperimentazione di anestetici ed analgesici». E poi, «sono consentite le procedure condotte in assenza di anestesia generale o locale [...] qualora l’anestesia risulta essere incompatibile con le finalità della stessa.» E ancora, «cessati gli effetti dell’anestesia o quando questa non sia praticabile, gli animali sono immediatamente sottoposti a un trattamento analgesico adeguato o ad un altro metodo appropriato per ridurre la percezione del dolore o della sofferenza, purché compatibile con le finalità della procedura». [Ndr: i corsivi sono dell’autore].
- 13) Nel 1881 Frances Power Cobbe scrisse una lettera, intrisa di superlativa ironia, al direttore dello Scotsman sulla «vivisezione dolce» in cui si parla dell’eminente fisiologo italiano Paolo Mantegazza, il quale studiava sperimentalmente gli effetti del dolore sugli animali creando a questo fine delle macchine di vera e propria tortura, affermando comunque di operare «con molto amore e pazienza». (in “Charles Darwin, Sulla vivisezione -I documenti di un dibattito”, a cura di Alessio Cazzaniga e Fabio Esposito, postfazione di Giacomo Scarpelli, Mimesis, Filosofia/Scienza, 2014, pp. 79-81).
- 14) Che la SA comporti pratiche di violenza è dichiarato dalla legge. Infatti, la Legge 12.10.1993, n.413 sull’obiezione di coscienza alla SA recita (cfr. Art.1 Diritto di obiezione di coscienza): «I cittadini che, per obbedienza alla coscienza, nell’esercizio del diritto alle libertà di pensiero, coscienza e religione [...], si oppongono alla “violenza” su tutti gli esseri viventi, possono dichiarare la propria obiezione di coscienza ad ogni atto connesso con la sperimentazione animale». <https://www.gazzettaufficiale.it/eli/id/1993/10/16/093G0488/sg>.
- 15) Peggs K. et al. (2015). Normalising the unthinkable: the ethics of using animals in experiments, https://www.researchgate.net/publication/280718607_Normalising_the_Unthinkable_The_Ethics_of_Using_Animals_in_Experiments
- 16) Federica Nin, “La normalizzazione dell’impensabile”, in *La vera scienza non usa animali – Good science vs Bad science*, pp. 154 – 166, Ed. Oltre 2022.
- 17) Albert Bandura, Bandura, A. (2016). *Moral disengagement: How people do harm and live with themselves*. New York: Worth (trad. in italiano da Erickson, 2017)
- 18) Cfr. nota 22
- 19) Da molto tempo è noto che “Il 92% delle sostanze che superano la sperimentazione sugli animali non superano la sperimentazione umana” (fonte FDA, organismo statunitense di controllo sulla commercializzazione dei farmaci - Lester Crawford, FDA Commissioner, in *The Scientist* 6.8.04 “More compounds failing Phase I” / US Food and Drug Administration (2004) *Innovation or Stagnation, Challenge and Opportunity on the Critical Path to New Medical Products*). E «Il 51% dei farmaci negli USA presentano gravi reazioni avverse non scoperte prima della approvazione alla commercializzazione» (fonte Moore T.J. e altri. *Time to act on drug safety*, *JAMA*, vol. 279: pp. 1571-1573, 1998). Inoltre, questi dati sono continuamente ribaditi, aggiornati e ulteriormente dettagliati.
- 20) Cfr.: “I modelli animali non rifletteranno mai la complessità delle condizioni umane”, <https://www.oltreasperimentazioneanimale.eu/i-modelli-animali-non-rifletteranno-mai-la-complessita-delle-condizioni-umane/>
- 21) “Reductionism and complexity in molecular biology”, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1299179/>
- 22) Gli Stati Uniti hanno decretato la fine dell’obbligo giuridico di SA: <https://www.congress.gov/bill/117th-congress/senate-bill/5002>; E.Y. Adashi, D.P. O’Mahony, I. Glenn Cohen, *The FDA Modernization Act 2.0: Drug Testing in Animals is Rendered Optional*, in *Medical Journal of Medicine*, Volume 136, ISSUE 9, Sept. 2023, p.853-854.

“La Linkografia è disponibile anche in word, per migliorare la consultazione: chi è interessato può farne richiesta all’Autrice scrivendo a federica.nin@fastwebnet.it”

La rivoluzione Epigenetica - Il DNA non è il tuo destino

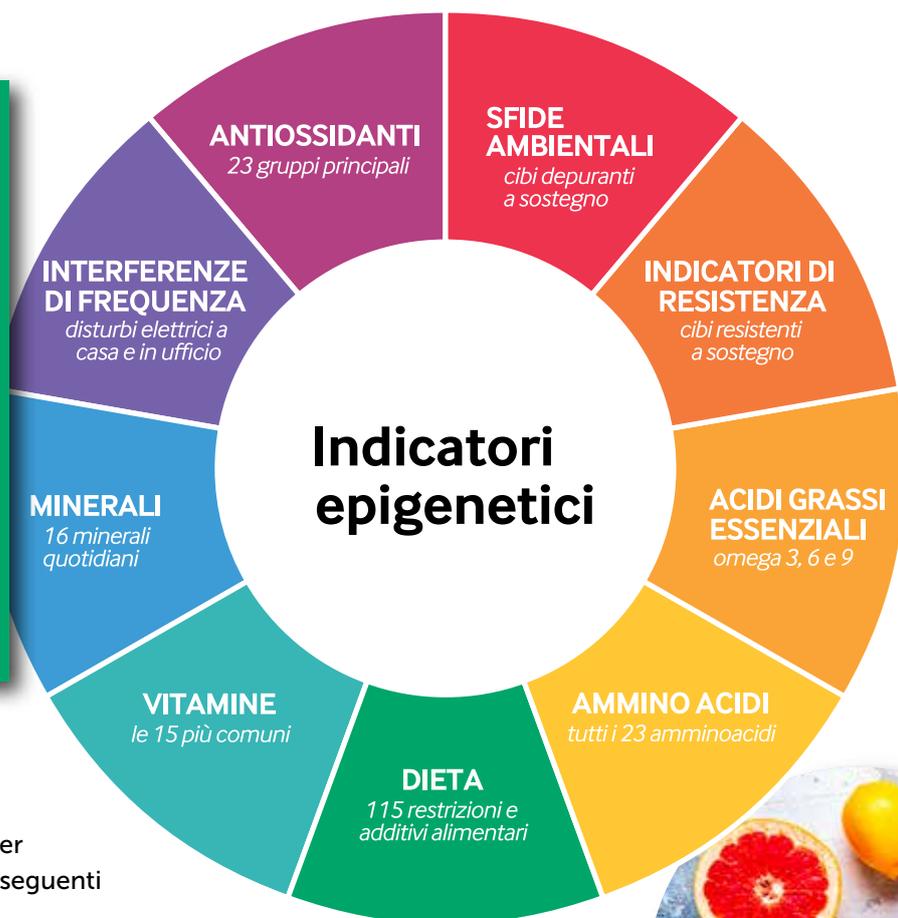
Tecnologia S-DRIVE

Al servizio del professionista
Medicina funzionale, Epigenetica, Metabolomica

Il report personalizzato sugli indicatori epigenetici per i seguenti fattori:

Il report include:

- 9 categorie nutrizionali, comprendenti più di 800 singoli elementi d'influenza.
- Influenze ambientali. Un elenco di alimenti da evitare per 90 giorni.
- Un elenco di additivi alimentari da evitare. Informazioni aggiuntive sui più comuni.
- Un piano di benessere da 90 giorni, comprendente fattori quali: nutrienti, idratazione e stile di vita.
- Un elenco di alimenti per migliorare o integrare la propria dieta.
- Sezioni di autovalutazione che aiutano a monitorare i progressi compiuti.



Il test S-Drive

Vengono mappati oltre 800 indicatori chiave per creare un report personalizzato contenente le seguenti informazioni:

- Le 16 vitamine
- I 16 minerali
- 3 gruppi di acidi grassi essenziali
- 13 gruppi di antiossidanti
- 23 tipi di amminoacidi
- Tossine - sostanze chimiche, radiazioni, metalli tossici
- Microbiologia - batteri, funghi, muffe/spore, parassiti, virus
- 14 principali categorie di EMF&ELF (campi elettromagnetici)
- Cibi e additivi alimentari - quali cibi e additivi evitare

Insieme al piano di ottimizzazione per 90 giorni.



Epinutrancell
Epigenetica Nutraceutica Ossigeno

Epinutrancell Srl La Spezia
www.cellfood.it
info@epinutrancell.it

CELL WELLBEING
ITALIA
www.sdriveitalia.it

Collegati a
www.sdriveitalia.it



Nuove patologie psicologiche

Quando la connessione diventa prigione



Gilberto Di Benedetto,
Psicologo e
Psicoterapeuta,
Membro del
Comitato
scientifico
di ND

Negli ultimi anni, chiunque abbia uno smartphone lo sa: la nostra vita è sempre più intrecciata ai social. Apriamo Instagram appena svegli, scorriamo TikTok nei momenti morti, controlliamo WhatsApp mentre siamo a cena con gli amici. Questo flusso continuo di notifiche e immagini ci dà l'illusione di essere sempre connessi con il mondo. Eppure, dietro questa iperconnessione, si nasconde una realtà più complessa e spesso dolorosa.

IL PREZZO EMOTIVO DELLA CONNESSIONE CONTINUA

Da psicologo, ascolto spesso persone che raccontano di sentirsi esauste, ansiose, perennemente sotto pressione. Non è raro sentire frasi come:

- “Mi sveglio di notte per controllare i messaggi.”
- “Mi sento inadeguato guardando le vite perfette degli altri su Instagram.”
- “Se non rispondo subito a una chat, ho paura che pensino che non mi interessi.”

Sono segnali chiari di un malessere diffuso, che non riguarda solo i giovani. Adulti, professionisti, genitori: nessuno è immune. I social, nati per avvicinarci, stanno generando nuove forme di disagio psicologico, vere e proprie “patologie digitali”.

NUOVE ANSIE E DIPENDENZE: LA MENTE SOTTO ASSEDIO

Ecco alcune delle problematiche più comuni che sto osservando sempre più spesso:

- Ansia da notifica: il bisogno compulsivo di controllare continuamente il telefono. Il cuore che accelera se il messaggio non arriva, la mente che vaga immaginando scenari negativi.
- FOMO (Fear of Missing Out): la paura di es-



sere esclusi, di non partecipare a qualcosa di importante. Ogni storia Instagram diventa un confronto doloroso con ciò che non stiamo vivendo.

- Dismorfismo corporeo da social: i filtri di bellezza ci promettono volti perfetti, ma ci fanno sentire sempre più inadeguati. Ho visto ragazze giovanissime pensare alla chirurgia estetica solo perché non si riconoscevano più nello specchio senza filtri.
- Dipendenza da social: il bisogno irrefrenabile di scorrere contenuti, anche se non ci interessa davvero. È il nuovo “scroll infinito”, una sorta di ipnosi che ci fa perdere ore senza nemmeno accorgercene.
- Burnout da iperconnessione: non spegnere mai, sentirsi sempre sotto osservazione, dover essere presenti e perfetti. Questo logora lentamente la mente e il cuore.

PERCHÉ CI SUCCEDA TUTTO QUESTO?

Il cervello umano non è progettato per gestire così tante informazioni e stimoli continui. Ogni notifica attiva il sistema di ricompensa: un po' di dopamina, lo stesso meccanismo delle dipendenze. Ma quella gratificazione è breve e illu-



soria. Subito dopo arriva l'ansia: *sarò stato abbastanza brillante? Perché non mi hanno messo "mi piace"? Perché non rispondono subito?*

UMANIZZARE IL DIGITALE: È POSSIBILE?

Non demonizzo i social. Sono strumenti potenti, ci permettono di restare in contatto con chi amiamo, di esprimerci, di trovare ispirazione. Ma dobbiamo riappropriarci del nostro tempo e delle nostre emozioni. Alcune persone che ho seguito in terapia hanno trovato piccoli gesti liberatori:

- Lasciare il telefono in un'altra stanza la sera.
- Darsi regole di "disintossicazione digitale": un'ora senza social al giorno.
- Parlare apertamente dei propri disagi, senza vergogna.

"Da quando ho smesso di guardare il telefono appena sveglio, ho ripreso a respirare" mi ha detto qualche giorno fa una giovane donna, sorridendo per la prima volta dopo settimane.

IL FUTURO DIPENDE DA NOI

I social non scompariranno, ma possiamo imparare a usarli in modo più umano.

La salute mentale è fatta di spazi, pause, relazioni vere.

Forse il vero lusso oggi è avere il coraggio di disconnettersi ogni tanto, per ritrovare se stessi e gli altri.

E tu? Quando è stata l'ultima volta che hai guardato negli occhi qualcuno senza la fretta di scattare una foto? Forse il benessere parte proprio da lì...

Dispositivi medici

Errore o altro?



Renato Carraro,
Comitato
scientifico di
ND, Natura
docet: la Natura
insegna

Un'eminente associazione di categoria afferma in maniera categorica che i dispositivi medici su misura avrebbero in qualche modo cambiato status con l'approvazione del Regolamento UE 2017/745. (se ne accorgono con sette anni di ritardo). Non intendiamo aprire discussioni peraltro inutili e ci limitiamo a riportare quanto segue:

DIRETTIVA 93/42/CE

d) **dispositivo su misura**: qualsiasi dispositivo fabbricato appositamente sulla base della prescrizione scritta di un medico debitamente qualificato e indicante, sotto la responsabilità del medesimo, le caratteristiche di progettazione e destinato ad essere utilizzato solo per un determinato paziente.

La prescrizione di cui sopra può essere redatta anche da un'altra persona, la quale vi sia autorizzata in virtù delle sue qualificazioni professionali.

I dispositivi fabbricati con metodi di fabbricazione continua o in serie che devono essere successivamente adattati, per soddisfare un'esigenza specifica del medico o di un altro utilizzatore professionale, non sono considerati dispositivi su misura;

REGOLAMENTO UE 2017/745

3) **“dispositivo su misura”**: qualsiasi dispositivo fabbricato appositamente sulla base di una prescrizione scritta di qualsiasi persona autorizzata dal diritto nazionale in virtù della sua qualifica professionale, che indichi, sotto la responsabilità di tale persona, le caratteristiche specifiche di progettazione, e che è destinato a essere utilizzato solo per un determinato paziente esclusivamente al fine di rispondere alle sue condizioni ed esigenze individuali.

I dispositivi fabbricati in serie che devono esse-



re adattati per soddisfare le esigenze specifiche di un utilizzatore professionale e i dispositivi che sono fabbricati in serie mediante processi di fabbricazione industriale conformemente alle prescrizioni scritte di qualsiasi persona autorizzata non sono tuttavia considerati dispositivi su misura;

Decida il lettore quali siano le differenze tra le due definizioni.

In base a questa modifica ipotetica di status chi assembla due dispositivi medici, prodotti separatamente in serie e crea un nuovo dispositivo medico, secondo questa eminente associazione di categoria NON crea un nuovo dispositivo, ma esegue un adattamento.

Cosa ci sia di difficile nel distinguere tra **“assemblare due dispositivi medici per crearne un terzo, prima inesistente”** e **“adattare un dispositivo medico finito alle esigenze di un singolo paziente”** non è comprensibile.

Naturalmente per supportare tale affermazione si scomoda un decreto del 1998 di tali Bersani e Bindi, forse recuperato dalla biografia del governo Prodi, che certamente erano molto interessati all'adattamento dei dispositivi medici su misura, era il loro cavallo di battaglia.

In tale decreto si **“consiglia”** agli operatori del settore di cambiare casacca e passare da **“fabbricanti”** di dispositivi medici su misura ad **“adattatori”**, cosa del tutto inutile per chi sapeva leggere, dato che il testo della vecchia legge, così come quello della nuova, è chiaro e questi operatori già NON erano fabbricanti se adatta-

vano un dispositivo già esistente ed il consiglio contenuto in quel decreto oltre che superfluo era insensato, quando mai una legge “consiglia”?

Allora perché tanto zelo nel distorcere e falsare un testo di legge, una volta tanto chiarissimo, per chi non lo legge con gli occhiali dell'interesse?

Perché dopo aver affermato che un professionista che ha creato un dispositivo medico su misura, assemblando due dispositivi, senza peraltro fare alcun adattamento, il discorso prosegue esentando, bontà loro, il suddetto professionista dall'obbligo di rilasciare la **dichiarazione di conformità del dispositivo su misura**, a

Roma direbbero “sti xxxxx”, quindi il paziente si ritroverebbe un dispositivo medico creato appositamente per lui, senza che nessuno se ne assumesse alcuna responsabilità in merito all'idoneità ed alla sicurezza.

Dove starebbe il lucro? Nel consegnare ai professionisti che credono a queste fandonie, quindi già un po' meno professionisti, dei prestampati a pagamento nei quali ci sta scritto il riassunto della fandonia.

La garanzia di sicurezza di un dispositivo medico in cambio di un obolo per un prestampato, se non è lucro questo...

ANCORA SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Torniamo su questo argomento, che sarà uno dei principali argomenti e non solo, dei prossimi anni e che oltre a modificare sensibilmente il modo di vivere di tutta l'umanità, potrebbe rivelarsi la vera svolta nella storia dell'uomo. Si sono sempre ipotizzati scenari apocalittici nel caso in cui qualcuno scatenasse la terza guerra mondiale ricorrendo all'utilizzo delle bombe atomiche. Einstein ha affermato che non sapeva come si sarebbe svolta la terza guerra mondiale o la prima nucleare, ma certamente quella successiva si sarebbe combattuta con la clava, una metafora per far comprendere i pericoli derivanti dall'utilizzo delle bombe atomiche, presenti negli arsenali di una decina di Paesi e più che sufficienti per una distruzione totale.

Probabilmente (speriamo) questo non succederà, ma gli effetti di questo disastro potrebbero essere sostituiti da un altro evento a cui ci stiamo avvicinando ad una velocità forse non prevedibile ed imprevedibile. Parliamo dello sviluppo dell'intelligenza artificiale.

Per quanto ne sappiamo noi semplici mortali, attualmente si è arrivati ad una entità capace di apprendere tutta la conoscenza umana, quindi non tanto intelligenza, quanto conoscenza illimitata.

Supponiamo però ed è certamente questo uno degli obiettivi degli scienziati, che ad un certo punto, avendo la macchina imparato ad imparare, arrivi ad un livello di intelligenza superiore a quello dell'uomo.

Qualcuno potrebbe esserne contento, in fondo potremmo far fare alle macchine tutto ciò che noi non vogliamo o non sappiamo fare, tanto bene quanto le macchine.

Nel caso questo succedesse, avremmo delle macchine che saprebbero progettare altre macchine, ancora più intelligenti e questo processo potrà continuare all'infinito.

In questo scenario l'uomo assumerebbe un ruolo sempre più marginale, fino a diventare irrisorio, con la semplice conseguenza che non conteremmo assolutamente nulla.

L'ipotesi non è pura fantascienza e dovrebbe essere oggetto di approfondimento, anche se, da come si sono messe le cose, non credo che sarà possibile creare ed imporre un codice etico, né ai computer, né tanto meno che chi procede spedito nella progettazione di un'intelligenza sempre più intelligente.

Certo la vecchia cara, acculturata e morale Europa, discute dell'etica dell'intelligenza artificiale, peraltro da una posizione in ritardo di decenni rispetto alle industrie private americane ed a quelle statali cinesi, della Russia non è dato sapere. Pensiamo davvero che tutte le risoluzioni europee volte a disciplinare questa infinita, per alcuni, fonte di lucro possano essere ascoltate? Pensiamo realmente che chi governa le economie mondiali sia sensibile ai ragionamenti etici e morali, di chi essendo in ritardo vorrebbe rallentare i loro affari, solo per arrivare a spartirsi una fetta del mercato? Pensiamo all'epilogo ucraino, messo in evidenza dai pronunciamenti di Trump a cui interessano le risorse naturali di quel Paese e riflettiamo sul fatto che i “buoni europei” oltre alle strategie geopolitiche forse avevano pensieri analoghi.

La sola differenza è che i pazzi non si fanno scrupolo di manifestare le loro intenzioni, i “normali” operano semplicemente sottotraccia. Quindi, non importa chi arriverà primo a creare una macchina più intelligente dell'uomo, quel che è certo che il traguardo successivo non sarà quello degli umani.

Scrittura

Pillole di grafologia
cenni storici

Iride
Conficoni,
Grafologa

UN INTERESSE REMOTO

L'interesse per la relazione esistente tra scrittura e personalità risale a tempi molto antichi: non si è lontani dal vero se si afferma che esso è nato con la scrittura medesima. In Grecia si devono ad Aristotele le prime intuizioni al riguardo, a Roma lo scrittore Svetonio, biografo dei Cesari, svolge considerazioni su alcuni tratti del carattere dell'imperatore Cesare Augusto a partire dalla grafia di questi. Solo nel XVII secolo in Italia, tuttavia, si trovano le prime autentiche osservazioni sul rapporto tra scrittura e carattere. Due studiosi svolgono autonomamente interessanti annotazioni e forniscono intuizioni che non sono, tuttavia, sottoposte a verifica sperimentale. Si allude al medico bolognese Camillo Baldi autore del "Trattato come da una lettera missiva si conoscano la natura e la qualità dello scrivente" pubblicato nel 1622, davvero significativo per le note esposte, ed al napoletano Marco Aurelio Severino, autore dell'opera "Vaticinator sive tractatus de divinatione litterali" che non venne mai stampato.

DALLE PRIME FORMULAZIONI TEORICHE ALLA GRAFOLOGIA SISTEMATICA

Si deve comunque attendere il XVIII secolo per giungere ad uno studio volto alla formulazione di alcune leggi utili all'interpretazione della scrittura. Vi si dedicò J.K. Lavater, svizzero, studioso di fisiognomica. In contemporanea fiorisce in Francia l'interesse per lo studio dell'espressione grafica e dei suoi correlati psicologici. Va ricordato in particolare Hocquart, autore dell'opera "L'art de juger de l'esprit et du caractère des hommes et des femmes sur leur écriture". Da questo periodo prende avvio lo studio della scrittura in un'ottica più direttamente sperimentale. Proprio la Francia è il Paese destinato a diventare la culla della nuova disciplina con la nascita, nel 1830, della prima Società e della prima Scuola di Grafologia di cui fanno parte, tra gli altri, l'abate Flan-

drin ed il suo discepolo Jean Hippolite Michon (1806-1881) cui si deve il termine *grafologia* e l'enunciazione di leggi e criteri per associare, ai segni grafici presenti in uno scritto, le qualità psicologiche corrispondenti. La scrittura, in quanto comportamento dell'uomo, afferma Michon, è espressione della sua interiorità, dei suoi sentimenti ed emozioni. E' a tale studioso che si deve il primo *metodo* per l'indagine e l'interpretazione della scrittura, metodo che ha stimolato in modo significativo l'approfondimento e la ricerca. Per quanto interessante come primo approccio, il substrato metodologico di riferimento non risulta oggi più condivisibile. Due sono le ragioni: la scrittura è considerata qualcosa di *statico* e, in secondo luogo, viene assegnata una *corrispondenza rigida* tra ciascun segno grafico ed il relativo significato psicologico (*principio dei segni fissi*). È un discepolo di Michon, Jules Crépieux-Jamin (1859-1940), il vero caposcuola della grafologia francese grazie ai suoi apporti metodologici. A lui va attribuita infatti la *sistematizzazione* del metodo michoniano e, aspetto nuovo e di portata fondamentale, la *valutazione dinamica* della scrittura. Ai fini dell'interpretazione ciò richiede la considerazione non tanto del piccolo segno, ma della *relazione contestuale* dei vari segni presenti nel grafismo. Tale importante passo avanti non toglie il permanere di un limite metodologico da riferirsi alla psicologia del tempo cui il metodo faceva riferimento. La tendenza a raggruppare in categorie gli esseri umani non consentiva facilmente di cogliere la specificità individuale, aspetto necessario per l'interpretazione. Il cammino della Grafologia in Francia è comunque notevole così come la stessa credibilità della disciplina grafologica che, nel 1972, entra all'Università di Bordeaux fra i corsi regolari della Facoltà di Lettere.

...IN GERMANIA

Quasi contemporaneamente a Crépieux risulta

attivo in Germania Ludwig Klages (1872-1956) filosofo e caratterologo il cui approccio alla scrittura è di tipo globale, orientato quindi al complesso grafico ed alla sua fisionomia unitaria. Aspetto fondamentale, per questa angolazione di studio, è il *ritmo di base* del grafismo, quindi il movimento, in grado di esprimere il livello di “pienezza vitale” del suo autore. Dalla scrittura Klages risale al dinamismo personale che la determina e questo conduce alla differenziazione individuale. L'impostazione metodologica risulta valida ed interessante, ma il criterio per consentire la comprensione del livello di pienezza vitale non risulta sufficientemente esplicitato. Con Klages si ravvisa in ogni caso un progresso di rilievo nell'impostazione dello studio in quanto il valore del ritmo grafico è concetto di estremo valore nell'interpretazione del prodotto grafico, aspetto imprescindibile e prioritario anche nella disamina attuale.

Nella stessa Germania da tempo la disciplina grafologica è inserita in numerose Università e ad Amburgo, presso la Facoltà di Medicina, è stata istituita una cattedra di Grafologia.

...IN SVIZZERA

Si deve allo psicologo e grafologo Max Pulver (1889-1952) la diffusione della disciplina in questo Paese grazie alla sua opera “*Symbolik der Handschrift*” del 1931. La scrittura viene considerata prodotto cerebrale e diretta registrazione della dinamica interiore dello scrivente. Questi nel tracciare sul foglio il grafismo proietta nello spazio grafico la sua struttura intellettuale, volitiva ed inconscia, quindi tutto se stesso, analogamente a come si pone nello spazio esterno della vita in rapporto agli altri e alla realtà esistenziale. Le considerazioni di Pulver, di grande valore, portano motivazioni di indubbia credibilità all'interpretazione grafologica e sono a tutt'oggi sistematicamente applicate. Anche in Svizzera la Grafologia è entrata all'Università; tale disciplina è infatti insegnata nella Facoltà di Psicologia di Zurigo.

... IN INGHILTERRA

Ha operato in Inghilterra Robert Saudek, cecoslovacco, che si è avvalso della cinematografia per calcolare la qualità e il tono del movimento scrittoria onde risalire al ritmo e all'attività interiore dello scrivente. L'opera di riferimento, del 1928, ha titolo “*Experiments with Handwriting*”. Al di là di questi studi particolari e certamente significativi, è da dire che oltre Manica il metodo

grafologico maggiormente utilizzato per l'analisi delle scritture è quello del francese Crépeux.

...IN ITALIA

Dopo l'approccio del Baldi occorre attendere il XX secolo (fatta eccezione per le indagini svolte a fine '800 dallo psichiatra Cesare Lombroso che ha considerato la presenza nella scrittura di anomalie psichiche di criminali e alienati) per l'impostazione di un metodo e di una scuola a tutt'oggi particolarmente attiva. Si allude a Girolamo Moretti, frate francescano (1879-1963) ed al sistema che porta il suo nome. Moretti considera la scrittura prodotto di un'intensa e complessa attività neuro-fisio-psicologica risultante del gesto grafico. Il sistema grafologico da lui elaborato, in modo del tutto autonomo ed originale, sottoposto al vaglio di una lunga sperimentazione, studia, appunto il *gesto grafico*, prodotto esclusivamente umano. La Grafologia, in forza dell'attento lavoro di ricerca e di verifica svolto dal suo fondatore viene definita *scienza sperimentale* in grado di rilevare le tendenze innate del suo autore. La scrittura, prodotto individualizzato e singolare, è considerata risultato di una sintesi dinamica di indici, quantificabili in decimi, idonea a descrivere la personalità dello scrivente. Compito dell'indagine grafologica è quello di cogliere l'individualità, ciò che qualifica il grafismo rendendolo un unicum con le sue valutazioni ed i precisi criteri di misurazione. Moretti eleva il discorso grafologico portando un contributo risolutivo alla scientificità della disciplina che può annoverarsi, a pieno titolo, tra le *scienze umane*.

Professionisti e studiosi raccolti attorno all'Istituto Moretti hanno curato e continuano a curare l'opera del Maestro e hanno contribuito alla costituzione, a partire dal 1977, di una Scuola Superiore di Studi Grafologici, presso la Facoltà di Magistero dell'Università di Urbino. Questa è poi divenuta Scuola Diretta a Fini Speciali nel 1989, quindi Corso di Laurea nel 1997. Non essendosi realizzato il corso di Laurea Specialistica oggi la formazione del grafologo, garantita dall'Associazione Grafologica Italiana, presso scuole accreditate dalla stessa Associazione, si attua attraverso corsi triennali privati attivi in alcune città (Padova, Verona, Trieste, Pescara ad esempio).

Tra queste l'Istituto Seraphicum di Roma, Facoltà Teologica di S. Bonaventura è Scuola di Grafologia accreditata A.G.I. che ha raccolto l'eredità urbinata.

Parole e immagini

Olio,
chi ha parlato di olio?

Paola Cadonici,
Pedagogista,
Psicoterapeuta,
Logopedista,
membro del
Comitato
scientifico
di ND

LISCIO COME L'OLIO

“In una lampada se manca l’olio lo stoppino si consuma inutilmente; Meglio puzzare di vino che di olio benedetto; Stare a galla come l’olio; Olio di coppa, vino di botte; Con olio, aceto, pepe e sale diventa appetitoso anche uno stivale”...

C'È OLIO E OLIO

Di oli ce ne sono tanti: c'è quello di vinaccioli, di cocco, di palma, di mais, di girasole... E c'è l'olio di colza che non ha mai brillato in fatto di proprietà salutari, ma ha fatto parlare di sé. Nel film “L’olio di Lorenzo” ispirato a una storia vera, si parla di due genitori disperati per la malattia degenerativa del figlio che si documentano e studiano fino a diventare esperti mondiali di adrenoleucodistrofia. Il rimedio trovato da loro per arginare i danni cerebrali

causati dalla malattia era una miscela composta da olio d’oliva e olio di colza. Se ci fosse una gara tra gli oli per il titolo di condimento più salutare del reame quello di oliva potrebbe contare su molte lance spezzate a proprio favore. La sua storia è andata a braccetto con quella dell’umanità.

L'OLIVO: UNA PIANTA DALLE RADICI ANTICHE

Il Mito racconta che scoppiò un conflitto tra Atena e Poseidone per il dominio dell’Attica. La dea della guerra, per festeggiare la vittoria e segnare il proprio territorio, portò l’olivo sull’Acropoli. Anticamente rami di olivo e di alloro venivano usati per incoronare trionfatori e vincitori. Secondo una leggenda, Romolo e Remo nacquero all’ombra e sotto la protezione di una pianta di olivo. Nella Bibbia la colomba mandata da Noè in ricognizione dopo il diluvio tornò con un ramo di olivo nel becco. L’olivo, caro al mondo pagano e a quello cristiano, simbolo di pace e di trionfo e tenuto in grande considerazione per i suoi frutti capaci regalare una preziosità alla tavola, dalla più ricca alla più povera, ora è a rischio sopravvivenza. A minacciarla è la xilella che sta sterminando interi uliveti in Puglia. La xilella ha fatto la sua comparsa al di fuori del Sud America ed è arrivata in Italia dalla fine del 2000. Purtroppo da allora non è stata più debellata. Perfino per i batteri tutto il mondo è paese, anche grazie alla globalizzazione.

L'OLIO NELL'IMMAGINARIO

Dal VII secolo il rito dell’incoronazione ha avuto come fulcro il momento dell’unzione con l’olio. La tradizione cristiana ha unito l’olio ad aromi e balsami per farne il “crisma”, usato nel Battesimo, nella Cresima, nell’ordinamento sacerdotale, e il “viatico” per i moribondi.



L'olio, che sa essere tanto buono sulla tavola, si è conquistato una nomea di cattivo nelle guerre. Come strumento di tortura non è secondo a nessuno: fiumi di olio bollente sono stati consumati per cuocere o travolgere i nemici. Ci sono stati periodi nei quali l'olio di ricino era la punizione riservata a chi non si omologava alle idee politiche correnti.

La memoria alimentare conserva il ricordo di un olio sgradito al palato, ma buono per la salute, è l'olio di fegato di merluzzo che il passato prossimo, povero di ricostituenti, adoperava in età evolutiva per aiutare una crescita un po' stentata.

Un mare d'olio unisce il passato al presente nel ricordo: olio per le lampade, olio per condire, olio per lubrificare, olio per ungere il corpo, olio per lenire le ferite, olio per fermare i nemici, olio nei colori usati dalla Pittura...

IL PARERE DELLA FIABA

La fiaba "La finta nonna" narra di una bambina che doveva andare a chiedere in prestito il setaccio alla nonna. Il suo panierino con la merenda si rivelò un vero e proprio kit di sopravvivenza. Le difficoltà da superare per arrivare alla meta erano due: il fiume Giordano che era impetuoso e la porta rastrello che si apriva a fatica. Per fortuna la gola non è solo un debole umano.

Il fiume Giordano gradiva molto le ciambelle perché si divertiva a farle girare nei suoi mulinelli e la porta rastrello apprezzava il pan con l'olio che ungeva i suoi cardini arrugginiti e lo faceva sentire meglio nella sua vecchia ferraglia.

Una volta nutriti, i nemici si trasformarono in amici e la bambina arrivò facilmente a destinazione, ma scoprì con grande disappunto che le sue disavventure erano solo all'inizio, perché la nonna era in realtà un'Orca. Quando la bambina riuscì a eludere la vigilanza della mangiacristiani, il fiume Giordano e la porta rastrello si ricordarono dei ghiotti regali ricevuti e l'aiutarono a fuggire, ma non furono altrettanto benevoli con l'Orca che era sempre stata egoista. Il finale catartico con la piccola in salvo e la vecchietta travolta dalle acque è stato scritto anche grazie all'olio. Secondo la Fiaba oliare serve, una lezione che fila liscia come l'olio dal passato al presente, ancor

oggi nel linguaggio corrente si dice che per ottenere un favore bisogna ungere. Il pan con l'olio non diventa mai stantio perché i cardini dell'interesse non vogliono correre il rischio di arrugginire. Nel filone fantastico dell'olio salvavita troviamo la fiaba "Il fiorentino". Il protagonista, ossessionato dal desiderio di vivere cose straordinarie solo per il piacere di raccontarle, finì intrappolato nel castello di un Orco crudele intenzionato a ucciderlo. Se lo sventatello riuscì a salvarsi, fu solo grazie a un intruglio di olio bollente ed erbacce che spacciò come una cura miracolosa per gli occhi storti. Legò l'omaccione come un salame a una sedia con la scusa di applicargli l'unguento e, approfittando del dolore lancinante che lo metteva temporaneamente fuori gioco, se la diede a gambe levate. Quell'olio si rivelò davvero miracoloso: fece guarire l'Orco dalla sua stupida vanità e il fiorentino dal suo bisogno di fare lo "sbragamonti" con chicchessia.

A OGNUNO LA PROPRIA GRASSEZZA

Nel dopoguerra l'Italia Settentrionale accolse con una certa diffidenza l'olio d'oliva che cominciava a comparire sulle tavole, molti lo trovavano troppo grasso e lo tagliavano con quello di semi. È proprio vero che anche per la grassezza degli alimenti il criterio è soggettivo, stando a un proverbio, è sempre il bue a dare del cornuto all'asino. Paese che vai, grassezza che trovi.

E a proposito di paese, in quello della Pubblicità degli anni '60 ci ha fatto compagnia lo slogan "La pancia non c'è più" inventato dalla Sasso. Nella situazione c'era un signore che in un incubo si vedeva grasso, rallentato nei movimenti e con una pancia spropositata. Al risveglio provava un gran sollievo nel ritrovarsi con il solito aspetto e si proponeva uno stile di vita sano per poterlo mantenere nel tempo. Ovviamente al centro della modalità c'era un olio leggero, l'olio Sasso appunto.

OLIO CON COSA?

L'olio ama la semplicità e tira fuori il meglio quando si lega a pochi ingredienti, ma solo se sono a loro volta genuini. Spaghetti olio, aglio e peperoncino sono da sempre lo spuntino di mezzanotte prediletto dai festaioli tiratardi. Che dire poi dell'olio con un pizzico di sale su una

fetta di pane casereccio? L'olio se la cava bene a ogni temperatura: a freddo esalta il sapore di insalate e zuppe, a caldo si sposa con aglio, cipolla, carota e sedano per soffritti da leccarsi i baffi, se si surriscalda dà vita a fritti irresistibili. C'è un detto: "Fritta è buona anche una suola di scarpa". Nella fiaba "La figlia del sole" una frittura diventa complice di due innamorati separati da ragion di Stato. L'intreccio descrive un sogno d'amore impossibile tra una una lei creduta popolana e un principe. Quando gli ambasciatori le portarono i confetti per le nozze imminenti del suo amato con una dama di alto lignaggio, in un baleno l'innamorata compì una magia: mise a scaldare dell'olio e quando fu ben fumante ci immerse le dita delle mani che si trasformarono in dieci pesci belli e croccanti, degni del banchetto di nozze. A cottura terminata le dita ricrebbero nuovamente. Cosa fa fare l'Amore! Inutile dire che il prodigio dell'insolita frittura contribuì a surriscaldare ulteriormente la temperatura della passione e a scrivere il lieto fine.

OLIO E SALUTE

L'olio di oliva è tra gli ingredienti che compongono la dieta mediterranea, un modello nutrizionale ispirato agli stili alimentari tradizionali dei Paesi che si affacciano sul Mar Mediterraneo. Secondo gli scienziati di tutto il mondo rimane tra le diete che, associate a stili di vita corretti, influiscono positivamente sulla salute del sistema cardiovascolare.

INSIEME SÌ, MA PER POCO

L'olio racconta quanto possa essere effimera un'unione, anche se felice. Basta prendere a esempio la vinaigrette! Si tratta di una emulsione composta di olio e aceto, due ottimi ingredienti che si amalgamano benissimo ma solo per poco tempo, poi sono inevitabilmente destinati a separarsi e il pizzico di sale messo a completamento non può fare nulla per impedirlo. Fusione precaria sì, ma capace di esaltare il sapore dei piatti che condisce.

DAL PIATTO ALLA PELLE

Stando a fonti diverse, gli antichi usavano l'olio sulla pelle come protezione dal freddo. Gli atleti prima delle loro prestazioni sportive erano soliti ungersi per rendere la pelle più tonica ed

elastica. Nel libro "Oscar e la dama in rosa" una vecchia signora, per aiutare un bambino gravemente ammalato a trovare coraggio, gli racconta come se l'era cavata in un momento di grande difficoltà quando era una lottatrice di catch. A quei tempi non aveva paura di nulla, tantè che si era guadagnata il soprannome di "Strangolatrice del Languedoc". Si era sentita imbattibile fino a quando una sua avversaria si era presentata sul ring unta e scivolosa. A venire in suo soccorso furono alcuni amici tra il pubblico che gettarono addosso all'anguillona un sacco di farina. L'unione della farina con l'olio creò un effetto panatura e annullò la scivolosità. -C'è sempre un sacco di farina nella vita- aveva detto al bambino-e spesso sono proprio gli amici a fornircelo al momento giusto-. La farina che sconfigge l'olio ricorda il vecchio gioco del "Chi vince chi?" caro ai bambini del passato prossimo. Ogni giocatore sceglie tra le forbici, la carta e il sasso. Le forbici tagliano la carta, ma non il sasso, la carta avvolge il sasso. Oggi la cosmetologia vanta tanti oli per rendere elastica la pelle e combattere l'invecchiamento: quello di Karité, di jojoba...C'è poi un olio che si fa apprezzare per la sua versatilità perché passa dalla cosmesi alla cucina dando in entrambe le situazioni il meglio di sé. È l'olio di mandorle dolci che sa essere gentile sulla pelle del viso e del corpo, ma si rivela un alleato prezioso in cucina. Facilita il distacco di ogni dolce a freddo dallo stampo e si fa dimenticare, perché non lascia alcun retrogusto sgradevole. C'è, dà una mano e scompare con discrezione.

UNA RARITÀ

C'è un olio che non si estrae: è quello di gomito. Viene dalla fatica e abbonda dove c'è la voglia di lavorare. Si tratta di un olio rarissimo che comincia a essere sconosciuto in una Società caratterizzata dal disimpegno e dalla deresponsabilizzazione. Un olio prezioso che rischia di non essere tramandato agli adulti di domani.

Fonti

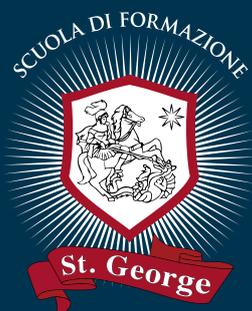
- E.E. Schmitt, Oscar e la dama in rosa, BUR, Milano 2004
- I. Calvino, Fiabe Italiane vol. I e II, Oscar Mondadori, Milano 1983
- G. Miller, L'olio di Lorenzo, U.S.A 1992



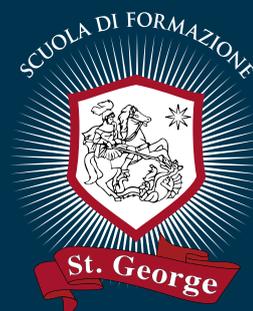
ASSOCIAZIONE
TOSSICOLOGI E TECNICI
AMBIENTALI



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



www.atta.bio





I pensieri del Cappellaio matto

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

I pensieri spettinati del Cappellaio Matto (alias psicologo)

DIETA SENZA TESTA

Da mesi una pubblicità fa capolino sul piccolo schermo più volte al giorno reclamizzando una dieta che ha come punto di forza la totale mancanza di pensieri. Tutti i pasti, cucinati con grande attenzione al bilanciamento calorico senza troppi sacrifici per il palato, vengono recapitati a casa, l'unica cosa da fare è riceverli, metterli in frigorifero e al momento opportuno riscaldarli.

Niente spesa, niente fatica ai fornelli e niente sensi di colpa grazie al lavoro di esperti qualificati. Abbiamo sentito le testimonianze soddisfatte di persone famose e non. Il dimagrimento e la soddisfazione a tavola sono assicurate a un prezzo davvero interessante. Nulla da dire. Forse intristisce lo slogan usato per convincere chi avrebbe bisogno di dimagrire ma mantiene una certa diffidenza.

Bando alle remore, con il metodo diventato famoso si può scollegare il cervello.

Noi il cervello non dovremmo scollegarlo mai, soprattutto quando ci rendiamo conto che ci siamo trascurati, abbiamo messo su peso e non ci riconosciamo più nell'immagine riflessa nello specchio. Altro che mettere la testa in folle! Se vogliamo fare pace con la nostra corporeità dobbiamo riflettere sul come abbiamo fatto a ridurci così. Abbiamo mangiato delle porcherie per farci del male? Abbiamo cercato gratificazione nel cibo? Ci siamo abbruttiti perché non ci importa più di noi? Comunque sia, dobbiamo prenderci in mano e imparare ad avere cura di noi stessi.

Una spesa pensata dalla ragione e non voluta dalla gola e una preparazione accurata di ciò che ci fa bene sono i primi passi di un nuovo cammino che porta alla rinascita psico-fisica.

Lasciare che siano gli altri a occuparsi di noi, quasi a nostra insaputa, non ci fa bene. Il perseguire solo il comodo è una delle tante cause che portano alla rovina.

Di questo passo finiremo per pretendere di soddisfare la gola in modo smodato lasciando ad altri l'effetto collaterale dell'ingrasso. Mark Twain ne *"Il principe e il povero"* racconta che il rampollo reale quando sbagliava non veniva punito direttamente perché a prendere le frustate era il suo servo. Dalla Fiaba alla Realtà! Ma questa è una delle tante associazioni balzane del Cappellaio Matto.

APP... E DINTORNI

Come facevamo quando non c'era un "App" per ogni gesto quotidiano? Dovevamo decidere in autonomia e senza il suggerimento tecnologico quando lavarci i denti o quando fare sparire gli addobbi natalizi... Eravamo costretti a usare il buon senso. Chi ha i capelli bianchi si augura che si ritorni a usarlo e a insegnarlo, appena lo si ritrova.

INDOVINELLI IMPOSSIBILI

Il Cappellaio Matto della Fiaba rivolge ad Alice un indovinello irrisolvibile: Perché un corvo assomiglia a una scrivania?

Il Cappellaio Matto della Realtà rivolge ai lettori della rubrica un duplice indovinello altrettanto impossibile: Che età hanno chi ha scritto il seguente SMS *"Scopate e non rompete i coglionni"*? e chi obbliga a mandare alle compagne di classe un bigliettino con la scritta *"Puttana"*? Impossibile da indovinare e da accettare che dietro le squallide parole si nascondano una ragazza di 12 anni e una bambina di 9 mascherate da donne navigate che sviliscono il Femminile.

CELLFOOD®

Ossigeno per la vita
Un PASS per il benessere

Disintossicazione
e bionutrizione cellulare
Formula Everett Storey
originale

POOL

ANTIOSSIDANTE

SINERGICO

SISTEMICO



Ci prendiamo
a cuore
il Tuo
Benessere!

EPINUTRACELL S.r.l.
Salute e Ambiente, Epigenetica, Nutrizione
nutraceutica e prevenzione
epinutracell@gmail.com
www.cellfood.it



Fitoterapia

Fiori australiani: cosa sono, come funzionano, elenco



Silvia Menini,
Giornalista,
Esperta di
Naturopatia,
Benessere e
Alimentazione

L'Australia, nell'immaginario comune, rappresenta quella terra lontana che vive immersa in una natura ancora incontaminata e fondata su una tradizione aborigena che richiama alla memoria il famoso libro *"E venne chiamata due cuori"*.

È il continente più antico e si può percepire una saggezza antica oltre a una energia che è impossibile non interiorizzare. È infatti un luogo magico, che ispira da sempre un grande fascino e invita all'introspezione, soprattutto se ci si addentra nel cuore genuino dell'Australia che permette ancora di vivere in completa armonia con la Natura, permettendo di intraprendere un percorso alla scoperta di se stessi e del vero e puro significato dell'esistenza. Le piante australiane si sono da sempre evolute nel totale isolamento e si sono dovute adattare a zone aride, tortuose e difficoltose beneficiando però di un inquinamento limitato. Proprio per questo motivo hanno generalmente un fogliame spinoso ed emanano un profumo caratteristico e intenso. La Floriterapia Australiana utilizza l'essenza di fiori selvatici provenienti proprio dal rigoglioso e incontaminato Bush Australiano (ovvero la macchia australiana) che garantisce fiori ricchi di energia vitale e alte vibrazioni in quanto provengono dai luoghi più selvaggi, incontaminati e impregnati di una forza propulsiva che è in grado di allinearsi con l'organismo e interagirvi in maniera proficua. Alcune aree del Bush sono anche considerate sacre e i fiori e piante qui raccolte sono in grado di aiutare a riarmonizzare problemi emozionali, stati d'animo, disturbi di origine psicosomatica ma anche fisica.

STORIA

Gli aborigeni australiani hanno sempre utilizzato i fiori per curare gli squilibri emozionali tanto che spesso li ingerivano per sfruttare tutta la loro

potenza curativa e celebravano quelli non commestibili per assorbirne le vibrazioni terapeutiche. Il padre dei Fiori Australiani è il naturopata e biologo Ian White, approdato allo studio delle proprietà delle piante del Bush grazie alla nonna erborista. Ha trovato 69 rimedi floreali che apportano armonia fisica, mentale, emozionale e spirituale. Come aveva già affermato Bach, anche White sosteneva che la malattia non è altro che la manifestazione fisica degli squilibri emotivi che tendono ad emergere quando la persona non è in contatto con la sua parte interiore e rappresenta l'opportunità di intraprendere un cammino verso il riequilibrio.

PRINCIPI FLORITERAPIA AUSTRALIANA

Le essenze floreali australiane si contraddistinguono proprio per la loro alta frequenza energetica e per la loro velocità di azione e ogni pianta incarna un modello energetico che si esplica osservandone la forma, la dimensione, l'aspetto e la modalità di crescita.

I fiori australiani consistono in 69 essenze con caratteristiche ben precise che possono essere assunte sia singolarmente che combinate fra di loro. In commercio esistono già delle combinate nelle quali sono miscelati più fiori selezionati per aiutare in specifiche problematiche: *Vivacity, Mother, Relationship, Emotional Beauty, Happy Adol, Self Confidence, Body Harmony, Caregiver, Stress Stop, Equilibrio Donna, Freedom, Emergency, Men, Oppression Free, Concentration, Body Beautiful, Fluent Expression, Ottimismo, Transition, Travel, Electro, Solaris, Passion Love, Spirituality.*

Il trattamento ideale prevede l'utilizzo di una sola Essenza Combinata per volta: l'utilizzo di più Essenze Combinate contemporaneamente, infatti, implicherebbe una sorta di "confusione" nella risposta vibrazionale. Tra le Essenze Com-

binare ve ne sono soltanto due che possono essere utilizzate contemporaneamente ad un'altra Essenza Composta: Emergency e Stress Stop.

COME UTILIZZARE I FIORI AUSTRALIANI

È possibile utilizzare fino a sette fiori australiani in un'unica miscela, anche se, per ottenere risultati maggiormente efficaci e funzionali, se ne consigliano massimo cinque (3 per corpo, mente e spirito e 2 che ne accompagnano e completano il lavoro).

Il dosaggio consigliato è di 7 gocce al mattino e 7 alla sera sotto la lingua. Possono anche essere utilizzati sulla pelle, puri e applicati direttamente sulla parte interessata, o miscelati a creme mettendo 7 gocce ogni 15 ml.

La somministrazione va da 1 a 3 mesi ma la stessa miscela andrebbe usata per almeno 3 settimane per permetterle di esplicare la sua azione e già dopo 4-5 giorni si vedono gli effetti.

BENEFICI DEI FIORI AUSTRALIANI

Tra tutte le miscele presenti, ce ne sono alcune che sono indicate in caso di ansia e depressione. **Ottimismo** è adatto a chi è incapace di godere del momento, aiuta ad avere chiarezza verso le emozioni, leggerezza emotiva e fiducia. Promuove un'apertura emotiva che permette di godere dell'abbondanza sia del presente che del futuro. Molto utile per le persone scoraggiate, che tendono a porre l'attenzione soprattutto sugli aspetti svantaggiosi degli eventi. Porta solarità, fede e fiducia alla persona. Ti apre emotivamente verso l'abbondanza e aiuta a combattere la paura.

Emergency: può essere usato come rimedio di base in quanto è un ottimo sbloccante, ricostituente e rigeneratore. È indicato quando la persona deve fermarsi e dove c'è tensione, quella fastidiosa sensazione di testa sotto sopra, dove c'è buio del "non so cosa fare" o se è capitato qualcosa di pesante o non si sa come muoversi. È un mix che aiuta ad "agire e non reagire". Si può usare quando si presentano delle difficoltà improvvise nella quotidianità, nel gestire il momento e situazioni che creano paura. Aiuta a ricompattare lo stato energetico e la testa e a prendersi tempo per pensare ed agire. È un sostegno per le emozioni acute per avere un controllo diverso della situazione.

Oppression Free: aiuta in caso di pesantezza emotiva e chi ha la tendenza a trattenere. Per chi si sente pesante emotivamente, come una pentola a pressione pronta a esplodere e per chi tende a somatizzare. Questo mix incita a essere più fluido e far scorrere le emozioni che si stanno vivendo non andando in blocco.

Per combattere lo stress quotidiano c'è Stress Stop. Questa miscela è indicata a chi non trova mai tempo per se stesso nella quotidianità, calma nel gestire i ritmi e per quegli stati di eccessiva apprensione e disagi causati dallo stress quotidiano. È pertanto indicato per quei soggetti che necessitano di riordinare il proprio tempo e spazio, abbandonando agitazione e preoccupazione. Permette di rilassarsi, lasciare andare la mente ed entrare nel giusto ritmo biologico e vitale. Utile per persone frenetiche durante la giornata, che non delegano o non trovano tempo per sé e che spesso hanno il respiro bloccato nella zona del diaframma.

Equilibrio Donna è invece molto utile per la menopausa ma non solo. Favorisce la calma e la stabilità durante i cambiamenti che interessano il mondo femminile come la pubertà, i cicli mestruali, la gravidanza e anche la menopausa.



Aiuta a divenire consapevoli della propria bellezza interiore ed esteriore.

Un mix che aiuta a lasciare andare è **Relationship**: migliora la qualità di tutti i rapporti interpersonali, specialmente quelli familiari; dona la capacità di gestire in modo equilibrato situazioni cariche di emotività sia negli adulti che nei bambini.

Libera dai risentimenti, dalla confusione e dai condizionamenti negativi familiari. È quindi indicato non solo per i rapporti di coppia ma anche con i capi, i colleghi, i figli, la suocera... permettendo di relazionarsi con gli altri senza un approccio rabbioso e nervoso. Qualora invece il relazionarsi si esplicasse in un approccio intimidito, allora è da preferire **Self Confidence** perché lavora maggiormente sulla paura infondendo autostima e combattendo la timidezza enfatizzando il potere personale e la sicurezza nelle proprie capacità e potenzialità per un rapporto positivo con se stessi. Aiuta a superare le paure facendo un piccolo passo per risolvere le situazioni.

Transition è un altro mix che non dovrebbe mai mancare in quanto aiuta ad affrontare i maggiori cambiamenti nella vita e invita a non avere una chiusura verso il nuovo ma ad aprirsi e godere dei nuovi inizi e delle nuove fasi. È utile per chiunque stia affrontando cambiamenti significativi, come un trasloco, un cambio di nazionalità, un nuovo lavoro, il pensionamento, la menopausa, ecc... Supporta l'apertura al cambiamento e alle relative sfide. Smuove l'energia nelle situazioni di stallo e contribuisce a integrare il nuovo.

Non ci sono fiori australiani che facciano dimagrire ma permettono invece di affrontare una dieta in maniera più consapevole e costruttiva, andando ad agire sul lato psicologico ed emozionale che spesso sono la causa del fallimento delle diete. In casi di sovrappeso o obesità, spesso ci sono cause emotive che possono essere anche dei traumi inconsci del passato e che hanno portato a erigere una barriera tra se stessi e il mondo. Per lavorare su questi blocchi emotivi vengono in nostro soccorso due fiori: **Fringed Violet**, per le situazioni di emergenza e per le memorie che bloccano risiedendo nel campo energetico e **Sturt Desert Pea**, che aiuta a risolvere dolori e dispiaceri profondi.

Billy Goat Plum (presente nella miscela Body Harmony) è utile per nutrirsi nel giusto modo e sentirsi bene nella propria pelle. Aiuta a non cercare la perfezione, anche da punto di vista fisico e alimentare. Utile nei casi in cui si abbandona spesso la dieta e a chi fa fatica ad accettare il proprio aspetto esteriore.

Hibbertia, presente in Body Harmony, incentiva il collegamento cuore – testa, sprona all'approccio verso l'alimentazione e il nutrirsi come stile vita, facendola diventare una esperienza propria. Aiuta ad adattare e modificare la dieta per sentirla propria e riuscire quindi a portarla a termine.

Monga Waratah, presente nella miscela Freedom, aiuta ad essere più ricettivi e a decidere con più indipendenza. Porta alla consapevolezza che ci stiamo appoggiando a qualcosa, una sorta di compensativo che finisce poi per diventare una ossessione. Utile quando ci si sente dipendenti dal cibo con un approccio compulsivo.

Five Corners, invece, lavora sull'autostima, incita ad amarsi e vedersi belli dentro e fuori per come si è. Insegna a sentirsi perfetti e ad accettarsi, senza ricorrere al cibo come consolazione.

Wedding Bush è indicato quando si vuole sposare una causa, una nuova dieta, un nuovo stile di vita. Il cambiamento deve essere libero ma bisogna darsi degli obiettivi, evitando di rimandare la dieta e finendo poi per non iniziarla mai.

Bottlebrush permette di effettuare un cambiamento e una trasformazione profonda ed è indicato per chi non riesce a portare a termine una dieta perché implica troppi cambiamenti. Aiuta a interrompere le abitudini negative che spesso si hanno con il cibo. **Boab** toglie i condizionamenti e le parti negative che non servono, anche a livello emotivo, riguardo al cibo e all'aspetto fisico.

Old Man Banksia dà quell'input energetico utile per iniziare o aumentare l'attività fisica quando ci si sente stanchi o pigri. È utile anche in caso di problematiche alla tiroide che rendono più difficile il dimagrimento.

Per trasformare DOLORE e DISAGIO in BENESSERE

TERAPIA PER IL DOLORE + MEDICINA SPORTIVA + BENESSERE

THERAPY
SELF
MEDICAL



Micro-correnti e biostimolazione elettrica in radiofrequenza



MEDICAL EQUIPMENT FOR THERAPY

www.biobrem.com

Dispositivo medico certificato 
Classe 2A secondo la nuova normativa europea
Sistema di terapia brevettato BIOBREM Therapy®

Un approccio terapeutico innovativo

Diapason a 128 Hz



Tiziana Giordano,
Operatrice Reiki

Negli ultimi decenni, l'interesse per le terapie sonore e vibrazionali è cresciuto notevolmente, portando a una rivalutazione delle pratiche tradizionali e all'integrazione di approcci alternativi nella medicina contemporanea. Il diapason a 128 Hz è uno strumento che ha guadagnato attenzione per il suo potenziale terapeutico nel trattamento di disagi fisici e psichici. Questo articolo esplorerà il funzionamento, le applicazioni e le evidenze scientifiche legate all'uso del diapason a 128 Hz nella terapia.

FONDAMENTI DELLA TERAPIA CON DIAPASON

Il diapason è uno strumento di metallo progettato per emettere una frequenza specifica quando viene colpito.

La frequenza di 128 Hz è particolarmente significativa poiché è associata alla nota musicale "Do" e ha proprietà vibrazionali che possono influenzare il corpo umano a livello cellulare. Questa terapia si basa sull'idea che le vibrazioni sonore possano promuovere il benessere fisico ed emotivo, migliorando l'armonia interna dell'individuo.

MECCANISMI D'AZIONE

L'uso del diapason a 128 Hz si basa su diversi meccanismi d'azione:

1. **Risonanza cellulare:** le vibrazioni emesse dal diapason possono creare una risonanza nelle cellule del corpo, stimolando processi biochimici e fisiologici che favoriscono la guarigione.
2. **Attivazione del Sistema nervoso:** la stimolazione sonora può influenzare il sistema nervoso autonomo, contribuendo a una risposta di rilassamento che contrasta l'ansia e lo stress.
3. **Regolazione energetica:** secondo alcune pratiche di medicina alternativa, le frequenze sonore possono riequilibrare il flusso energetico nel corpo, favorendo una migliore salute globale.

APPLICAZIONI TERAPEUTICHE

Il diapason a 128 Hz viene utilizzato in diverse aree terapeutiche, tra cui:

1. **Trattamento del dolore:** è stato utilizzato per alleviare il dolore muscolare e articolare,



Diapason 128 Hz



con risultati promettenti in pazienti affetti da sindromi dolorose croniche.

2. **Musicoterapia:** integra la terapia con il diapason in contesti di musicoterapia, dove si è dimostrato utile nel migliorare il benessere emotivo e nel ridurre l'ansia.
3. **Fisioterapia:** alcuni fisioterapisti utilizzano il diapason come complemento ai trattamenti tradizionali per migliorare la mobilità e accelerare il recupero.
4. **Meditazione e Rilassamento:** la frequenza di 128 Hz è spesso impiegata in pratiche di meditazione, aiutando gli individui a raggiungere stati di profondo rilassamento e consapevolezza.

EVIDENZE SCIENTIFICHE

Sebbene ci siano molte testimonianze aneddotiche riguardanti l'efficacia del diapason a 128 Hz, la ricerca scientifica in questo campo è ancora in fase di sviluppo. Alcuni studi preliminari hanno evidenziato effetti positivi nell'uso delle frequenze sonore per la gestione del dolore e l'ansia, ma è necessario condurre ulteriori ricerche cliniche per confermare questi risultati e comprendere meglio i meccanismi coinvolti.

CONSIDERAZIONI CLINICHE E CONCLUSIONI

È importante che i professionisti della salute adottino un approccio integrativo quando considerano l'uso del diapason a 128 Hz. Questo strumento non deve sostituire le terapie convenzionali, ma può essere utilizzato come complemento per migliorare la qualità della vita dei pazienti. La formazione adeguata e la supervisione professionale sono fondamentali per garantire un uso sicuro ed efficace di questa terapia.

Il diapason a 128 Hz rappresenta un'affascinante frontiera nella medicina complementare, offrendo nuove opportunità per il trattamento di condizioni fisiche ed emotive. Mentre la ricerca continua a espandere la nostra comprensione di queste terapie sonore, è essenziale mantenere un approccio scientifico e basato sull'evidenza per integrare efficacemente queste pratiche nel panorama sanitario contemporaneo.

Bibliografia essenziale

- J. A. Brown, "Sound Therapy: The Use of Tuning Forks in Modern Healing," *Journal of Integrative Medicine*, vol. 10, no. 4, pp. 215-220, 2021.
- M. L. Green et al., "The Impact of Sound Frequencies on Pain Management: A Systematic Review," *Pain Management Nursing*, vol. 22, no. 3, pp. 198-205, 2023.

Una iniziativa della Rete "CilentoMed"

Prima edizione del Premio Giornalistico Nuovi Turismi "CilentoMed"

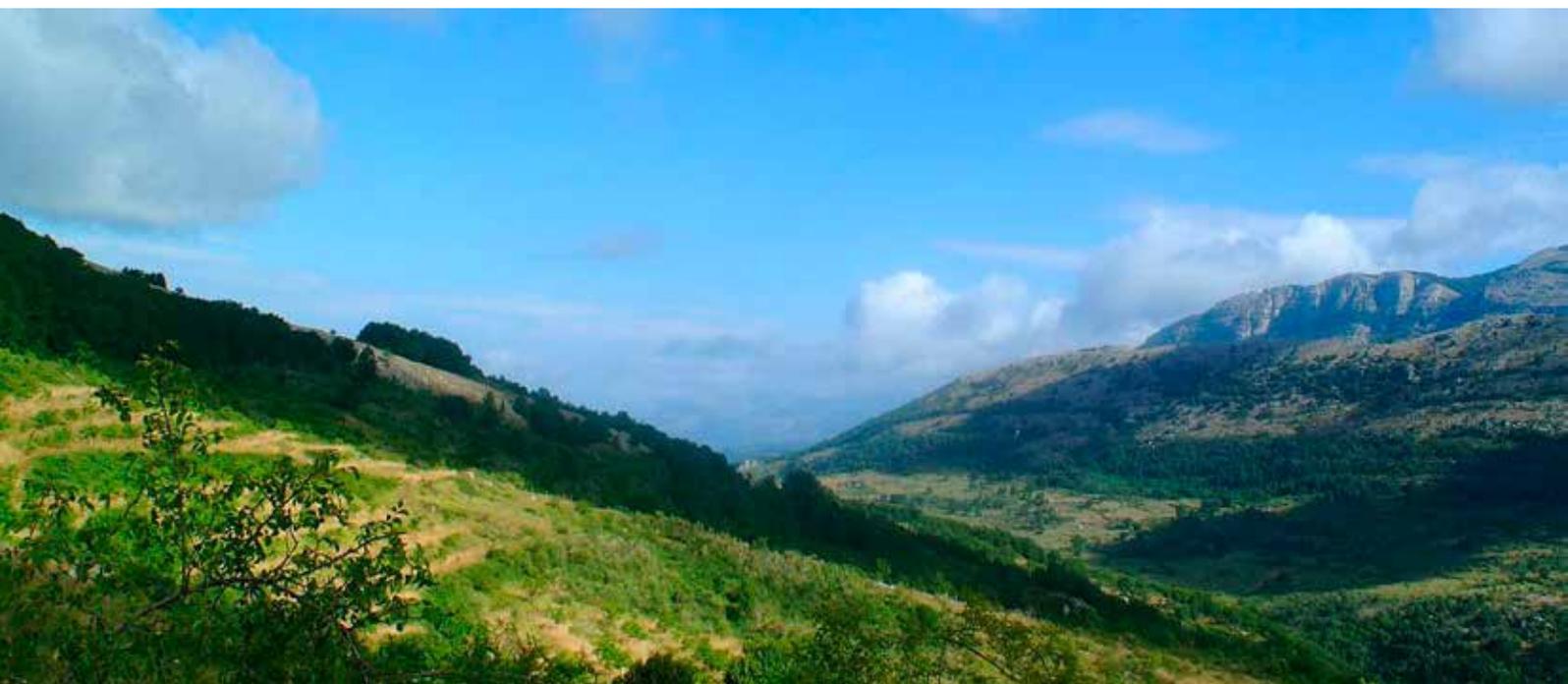


Angelo Schiavo
Comitato scientifico ND.
Natura docet: la Natura insegna

Nell'ambito della Strategia Borghi Salute e Benessere (BSB) della Regione Campania con il patrocinio morale di "Qualitytravel.it", web magazine di informazione indipendente per i professionisti della travel & event industry, dell'Ordine dei Giornalisti della Campania, dell'Associazione Nazionale del Turismo Esperienziale e di Campus Mediterraneo ETS. Il Premio nasce con l'intento di premiare giornalisti, autori e blogger che con i loro reportage su carta stampata, servizi televisivi, programmi radiofonici, podcast e blog di viaggio, promuovono le nuove forme di turismo esperienziale e profondo, a partire dalla complessa dimensione dei "turismi" (parte delle principali leve dell'economia sostenibile) nella Rete "CilentoMed" nell'ambito della Strategia Borghi Salute e Benessere (BSB) della Regione Campania, creando le condizioni attrattive per giovani appassionati creativi, interpreti del sacrosanto diritto alla

"restanza", ma anche della consapevole volontà della "tornanza".

L'intreccio culturale di nuovi residenti delle radici, dello studio e della ricerca di tutto il mondo, cittadini temporanei interessati ad un modello di organizzazione esperienziale "profondo", emozionale e delle passioni, alla ricerca di una nuova dimensione dell'essere e della bellezza, dove il contesto è stato riconosciuto per ben quattro volte dall'**UNESCO (WH-MABD-MED-GEOPARCO)**, diventando la chiave per rileggere e riorganizzare le dimensioni della qualità della Vita, della tutela e messa in valore della enorme ricchezza di biodiversità, della cultura Filosofica di Elea, nei loro più "profondi" aspetti culturali, sociali, relazionali, ludici e produttivi, attraverso la realizzazione di un network di persone, comunità, imprese e istituzioni (patrimonio Vivente dei Borghi del Cilento) che - nel comune denominatore di valori





integrati e riconosciuti - interagiscono, dialogano e abilitano processi evolutivi di innovazione formativa e co-creazione in cui l'identità si apre a più ampi scenari generativi del ben-essere delle terre cilentane e ad una fruizione consapevole, responsabile, colta ed organizzata. Ad oggi il Cilento è un territorio in transizione, con vitali spinte giovanili diffuse, (mappa delle comunità emergenti), configurandosi come un paesaggio evolutivo vivente nel mondo contemporaneo in un contesto valoriale che tende a tutelare e promuovere i valori storici, archeologici e antropologici nella continuità del loro processo culturale evolutivo, valorizzando questo *unicum* paesaggistico, componente fondamentale delle grandi correnti di civiltà mediterranee ed europee, patrimonio della storia dell'umanità. La partnership BSB - CilentoMed©, intende cogliere questi primati che fanno da trama alla fitta rete dei paesi e dei loro centri storici di cui è arricchito il patrimonio storico culturale di tutta la Campania, ma che è anche un "Paesaggio Vivente" con una lenta, ma progressiva crescita della capacità ricettiva mediante strutture di ospitalità innovative e autentiche, con una sempre più evoluta e certificate offerta enogastronomica basata sulla qualità delle produzioni

biologiche del territorio, in sviluppo con la rete del turismo esperienziale "profondo" e relazionale e le nuove frontiere della sperimentazioni "One Health" nell'area protetta più ricca di "patrimonio" d'Europa, assi portanti dell'intera proposta della rete per creare un contesto fertile ed innovativo nell'ispirato e autentico spirito di comunità accogliente.

BANDO E REGOLAMENTO ANNO 2025

Articolo 1 – La partnership BSB - CilentoMed©, indice la prima edizione del "Premio Giornalistico Nuovi Turismi CilentoMed" nell'ambito della Strategia Borghi Salute e Benessere (BSB) della Regione Campania. L'intento è premiare giornalisti, autori e blogger che con i loro reportage su carta stampata, servizi televisivi, programmi radiofonici, podcast e blog di viaggio, promuovono le nuove forme di turismo esperienziale e profondo a partire dalla complessa dimensione dei "turismi" del Cilento. Nell'organizzare il Premio Giornalistico, si avvarrà della collaborazione di "Qualitytravel.it", web magazine di informazione indipendente per professionisti della *travel & event industry*, dell'Ordine dei Giornalisti della Campania, dell'Associazione Nazionale del Turismo Esperienziale, di Campus Mediterraneo, delle Istituzioni, associazioni d'impresa e terzo settore e di chi voglia collaborare. I contributi potranno riguardare i seguenti ambiti:

- **patrimonio linguistico e dialettale,**
- **artigianato, folclore e tradizioni popolari,**
- **cultura enogastronomica,**
- **arte, cultura e spiritualità,**
- **paesaggio e uso del territorio, natura e biodiversità.**

Articolo 2 – Al Premio Giornalistico possono partecipare giornalisti, autori e blogger, con servizi video giornalistici e radiofonici, reportage su carta stampata, podcast e blog di viaggio, poemi e racconti pubblicati su riviste e testi riconosciuti e iscritti ai competenti albi come per legge. L'iscrizione è gratuita e dovrà pervenire entro il 31 marzo 2025, tramite apposito form, sul sito <http://www.cilentomed.it>

Articolo 3 – Un'apposita Commissione valuterà le candidature e riconoscerà ai più meritevoli un viaggio stampa, nella prossima prima-

vera nel Cilento, presso strutture ed operatori del turismo esperienziale e nella rete BSB CilentoMed per un fine settimana “esperienziale ed emozionale” curato dalla partnership BSB - ilentoMed©.

Articolo 4 – Le produzioni realizzate dai partecipanti dovranno pervenire entro il 25 novembre 2025, all’indirizzo mail: segreteria.centola@gmail.com - PEC: centola@pec.comune.centola.sa.it - del Comune di Centola (capofila BSB CilentoMed) o alla mail: info@campusmed.it

Articolo 5 – Una giuria di massimi esperti nazionali e di settore giudicherà ed assegnerà un premio per ogni categoria in concorso. La valutazione avverrà su requisiti oggettivi e premiamenti e sulla promozione dei modelli indicati nelle premesse. La stessa giuria avrà la facoltà di assegnare ulteriori riconoscimenti (anche a seconda degli argomenti trattati, per esempio *archeologia, enogastronomia, ambiente* ecc. e a seconda dei mezzi di comunicazione utilizzati, per esempio carta stampata, radio, web, tv e fotogiornalismo). La giuria e la partnership BSB - CilentoMed© si riservano altresì la possibilità di attribuire menzioni speciali e altri riconoscimenti.

Articolo 6 – La Giuria è composta da giornalisti, esperti di comunicazione, operatori culturali e rappresentanti del mondo della scuola, del lavoro e del sociale. I premi saranno attribuiti secondo l’inappellabile giudizio della Giuria e dell’Associazione Campus Mediterraneo ETS.

Articolo 7 – I partecipanti potranno prendere parte al premio con n°1 (uno) articolo e/o servizio video giornalistico o radiofonico od altro mezzo di comunicazione ufficiale e riconosciuto.

Articolo 8 – Il termine ultimo per la presentazione dei lavori è il 25 novembre 2025. I riconoscimenti consistenti in un’opera rappresentativa del territorio cilentano e un premio in denaro, saranno assegnati nella prossima edizione della BIT a Milano, nel mese di febbraio 2026.

Articolo 9 – Le opere presentate non saranno restituite. L’adesione al Premio comporta l’accettazione e il rispetto degli articoli contenuti nel presente regolamento e delle disposizioni sulla privacy previste per legge.

Articolo 10 – Il modulo di iscrizione e il regolamento del Premio sono consultabili dal sito www.cilentomed.it





Cilento

la culla della dieta
mediterranea

info@cilentomed.it

Relazione sana con il cibo

Respiratory Sinus Arrhythmia (RSA)



Claudio Lombardo, laureato in Scienze Organizzative e Gestionali, in Psicologia, in Scienze della Alimentazione e Nutrizione e laureando in Scienze Motorie (www.claudio Lombardo.it)

IL NERVO VAGO: LA CHIAVE PER CALMA E BENESSERE

Il nostro corpo ha un sistema interno che agisce come un “calmiere naturale”, aiutandoci a rimanere sereni anche nei momenti di stress. Questo sistema è regolato dal **nervo vago**, un importante collegamento tra cervello e organi vitali come cuore, polmoni e stomaco. Due indicatori fondamentali per capire come sta funzionando il nostro corpo sono la **RSA** (Respiratory Sinus Arrhythmia) e l'**efficienza vagale**.

RSA: IL LEGAME TRA RESPIRO E ALIMENTAZIONE

La **RSA** è una variazione naturale del battito cardiaco legata alla respirazione:

- **Inspirazione:** il battito cardiaco accelera leggermente.
- **Espirazione:** il battito rallenta. Questa sincronizzazione tra cuore e respiro, regolata dal nervo vago, non solo favorisce la calma e il rilassamento, ma influenza anche il modo in cui percepiamo fame e sazietà.
- **RSA stabile:** una RSA equilibrata aiuta a distinguere meglio tra fame fisica e emotiva, facilitando una regolazione sana del comportamento alimentare. Studi dimostrano che nei bambini, una RSA stabile è associata a un miglior controllo emotivo e sociale (Calkins & Keane, 2004).
- **RSA bassa:** al contrario, una RSA ridotta è correlata a difficoltà nella gestione delle emozioni, aumentando il rischio di fame nervosa e comportamenti alimentari disfunzionali (Blair & Peters, 2003).

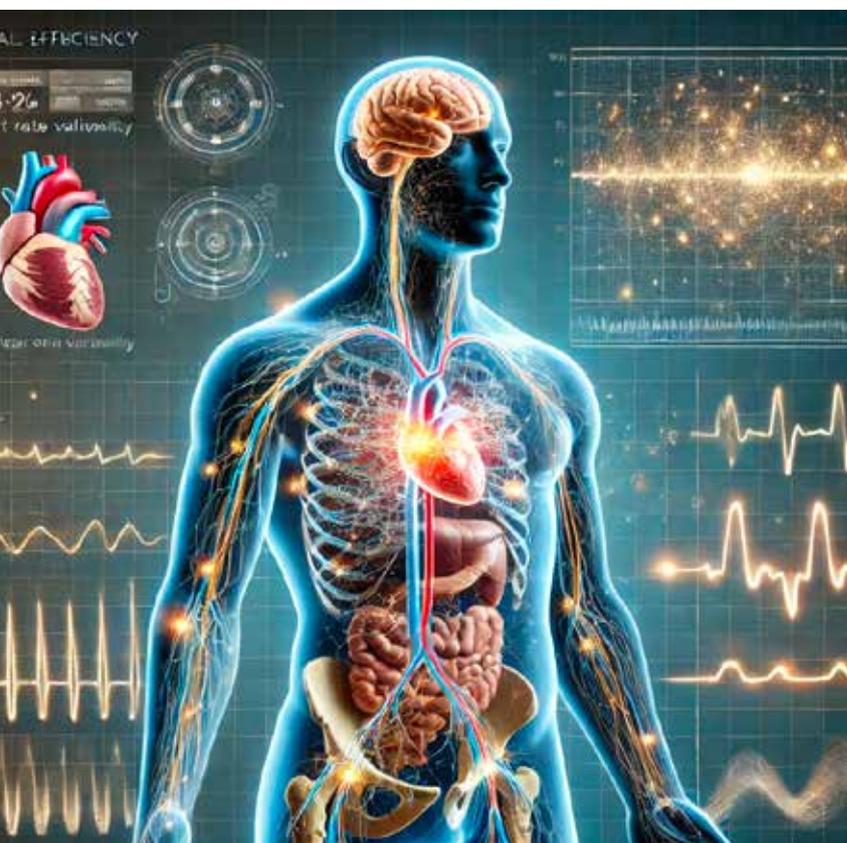
EFFICIENZA VAGALE: L'INFLUENZA SUL COMPORTAMENTO ALIMENTARE

L'**efficienza vagale** rappresenta la capacità del nervo vago di adattarsi rapidamente alle esigenze del corpo. Quando funziona bene, il nervo vago:

- **Regola i segnali di sazietà:** *migliora la percezione di quando smettere di mangiare, evitando eccessi alimentari.*
- **Favorisce la digestione:** stimola il rilascio di enzimi digestivi e migliora l'assorbimento dei nutrienti.
- **Riduce l'infiammazione:** un tono vagale sano riduce l'infiammazione cronica, spesso associata a disfunzioni metaboliche e obesità.

Tuttavia, una bassa efficienza vagale può portare a problemi come:

- Fame emotiva e abbuffate legate allo stress.





- Difficoltà nel controllo del peso.
- Problemi digestivi e disordini metabolici.

La connessione tra nervo vago e **microbiota intestinale** è particolarmente importante. Uno squilibrio nella flora intestinale può influenzare negativamente il nervo vago, peggiorando il controllo alimentare e aumentando il rischio di ansia e stress (Cryan & Dinan, 2012).

STRATEGIE PER MIGLIORARE RSA ED EFFICIENZA VAGALE

Migliorare l'efficienza vagale è possibile con semplici pratiche quotidiane. Ecco alcune strategie efficaci:

1. **Respirazione lenta e profonda:** Inspirare per 4-6 secondi ed espirare per 6-8 secondi, arrivando a circa **6 cicli al minuto**, sincronizza cuore e respiro e migliora i segnali di sazietà.
2. **Esercizio fisico moderato:** camminare, yoga o nuoto favoriscono il tono vagale e migliorano la digestione.
3. **Tecniche di rilassamento:** meditazione e mindfulness riducono lo stress e i comportamenti alimentari impulsivi.
4. **Cibi ricchi di probiotici:** alimenti come yogurt, kefir e kimchi supportano il microbiota intestinale, migliorando la comunicazione tra intestino e nervo vago.
5. **Esporsi al freddo:** docce fredde o impacchi

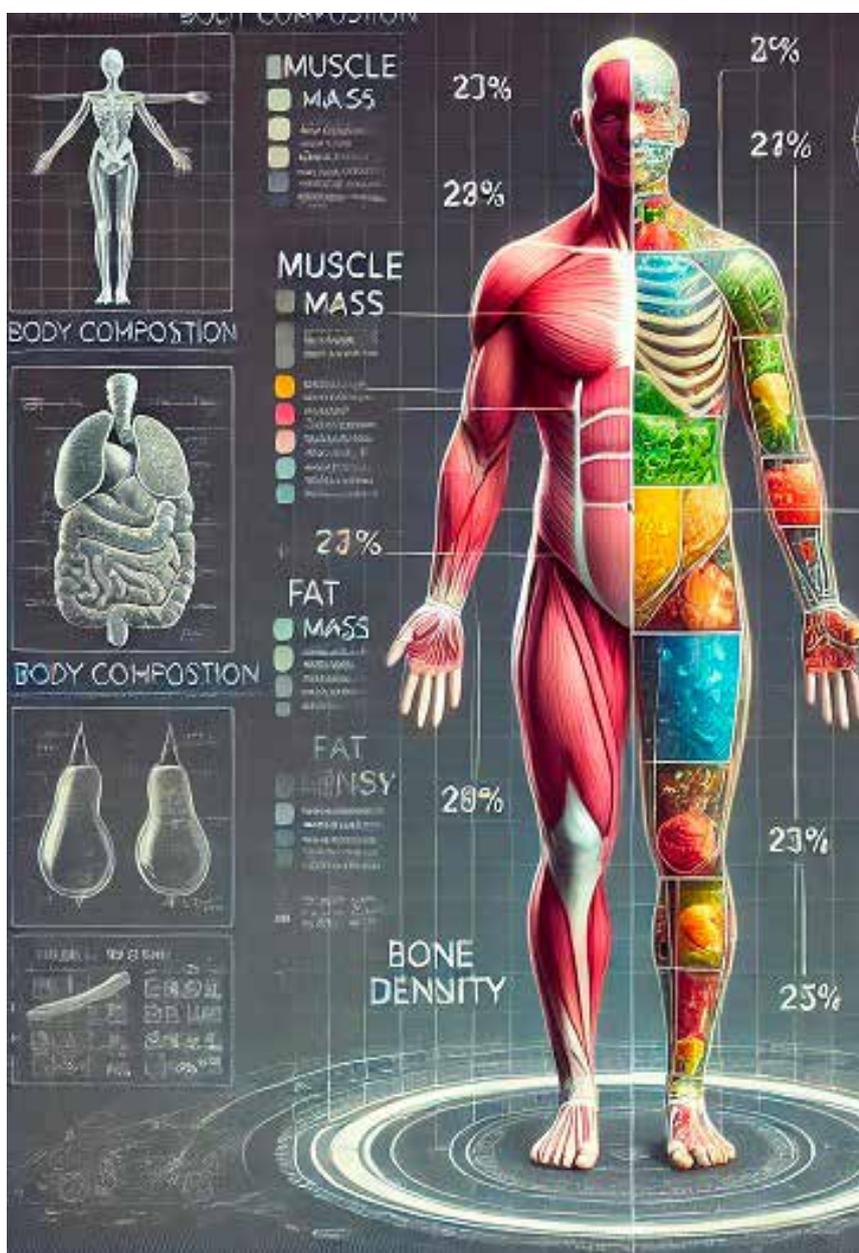
freschi sul viso stimolano direttamente il nervo vago.

6. **Canto o vocalizzazioni:** il semplice atto di canticchiare o fare *humming* stimola il nervo vago attraverso la vibrazione della laringe.

EFFICIENZA VAGALE E RELAZIONE CON IL CIBO

Un nervo vago sano non solo regola fame e sazietà, ma contribuisce a mantenere un rapporto equilibrato con il cibo:

- *Riduce la fame emotiva e gli eccessi alimentari legati allo stress.*
- *Promuove una digestione sana e un migliore assorbimento dei nutrienti.*



- Aiuta a prevenire disordini alimentari, facilitando una connessione più consapevole con i segnali del corpo.

Studi come quello di Movius & Allen (2005) confermano che una bassa efficienza vagale è associata a comportamenti alimentari disfunzionali e difficoltà a gestire lo stress.

IL CASO DI ANNA

Anna, 35 anni, viveva una vita frenetica tra lavoro e famiglia, trovando rifugio nel cibo per gestire lo stress.

Gli episodi di fame nervosa erano diventati sempre più frequenti, lasciandola stanca e frustrata.

Decise di rivolgersi a una nutrizionista specializzata in biofeedback, che le spiegò come il nervo vago e l’RSA (Respiratory Sinus Arrhythmia) fossero fondamentali per regolare fame,

sazietà e risposta allo stress. Attraverso il biofeedback, la nutrizionista identificò una RSA bassa e una scarsa efficienza vagale come cause dei suoi problemi.

Le propose un piano personalizzato. Anna iniziò a praticare la respirazione diaframmatica, inspirando per 4-6 secondi ed espirando per 6-8 secondi, imparando a monitorare il proprio battito cardiaco con il biofeedback. Aggiunse passeggiate quotidiane di 30 minuti, yoga settimanale ed esercizi respiratori per stimolare il nervo vago. La nutrizionista le consigliò anche di integrare con probiotici e di regolare e ottimizzare il suo stile di vita (ritmi circadiani) per migliorare il microbiota intestinale.

Dopo tre mesi, Anna notò una drastica riduzione della fame nervosa. Grazie al biofeedback, imparò a riconoscere i segnali di stress e a gestirli con la respirazione. Si sentiva più energica, in controllo delle sue emozioni e aveva migliorato la digestione. Con un sistema nervoso più equilibrato e un tono vagale migliorato, Anna aveva ritrovato il benessere e un rapporto sano con il cibo.

CONCLUSIONI

L’RSA e l’efficienza vagale sono fondamentali per il controllo del comportamento alimentare e per la salute generale. Prendersi cura del nervo vago significa migliorare la capacità di ascoltare il corpo, gestire lo stress e promuovere una digestione sana. Con semplici cambiamenti quotidiani, come la respirazione lenta e un’alimentazione consapevole, possiamo rafforzare il nostro equilibrio interno e vivere una vita più serena e salutare.

RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

- Calkins, S. D., & Keane, S. P. (2004). Cardiac vagal regulation and emotional behaviors in children. *Developmental Psychobiology*.
- Blair, C., & Peters, R. (2003). Physiological and emotional regulation in children. *Developmental Psychology*.
- Cryan, J. F., & Dinan, T. G. (2012). Mind-altering microorganisms: The impact of the gut microbiota on brain and behavior. *Nature Reviews Neuroscience*.
- Movius, H. L., & Allen, J. J. B. (2005). Vagal tone and emotion regulation in adults. *Psychophysiology*.





LiberiDallaPlastica_{APS}

IL CAMBIAMENTO È NELLE TUE MANI

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

Progetto

scuole

libere dalla plastica

1

Progetto

aziende

libere dalla plastica

2



Scopri come:

www.liberidallaplastica.it

@ info@liberidallaplastica.it

 [liberidallaplasticaaps](https://www.instagram.com/liberidallaplasticaaps)

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

 [Liberi Dalla Plastica](https://www.linkedin.com/company/LiberiDallaPlastica)

Numero Verde
800.036.407

La storia insegna

Le Conseguenze del COVID-19 e dei lockdown sul turismo in Italia



Alisée
Maksimovna
Radaelli,
Redazione ND,
*Natura docet, la
Natura insegna*

Il turismo e il suo indotto sono stati tra i settori indubbiamente più colpiti dalla pandemia di COVID-19 che ha sconvolto il mondo intero dagli inizi del 2020.

L'Italia, uno dei paesi più iconici e visitati al mondo per il suo ricchissimo patrimonio culturale, naturale e gastronomico, ha vissuto un impatto devastante a seguito della introduzione dei lockdown e delle misure restrittive per contenere la diffusione del virus, dovendo affrontare un crollo senza precedenti, con conseguenze economiche, sociali e culturali significative. In questo articolo, esamineremo in dettaglio come la pandemia e i lockdown abbiano influenzato il turismo in Italia, analizzando gli impatti immediati, le difficoltà a lungo termine e le risposte del governo e delle imprese.

LA CRISI INIZIALE: LOCKDOWN E INTERRUZIONE DEI FLUSSI TURISTICI

Il turismo in Italia, come in molti altri Paesi, è stato immediatamente paralizzato dall'introduzione dei lockdown e dalle severe restrizioni sui viaggi internazionali e nazionali. Quando il COVID-19 ha iniziato a diffondersi, l'Italia è diventata, oltre tutto, il primo epicentro europeo della pandemia. Inizialmente, le regioni settentrionali, in particolare la Lombardia, hanno subito un impatto devastante, con il blocco delle attività economiche e il confinamento obbligatorio dei cittadini.

La chiusura dei confini, l'interruzione dei trasporti aerei e ferroviari, e le restrizioni sulle attività commerciali hanno portato a una drastica



diminuzione dei turisti stranieri e nazionali. Secondo i dati forniti dall'ENIT (Ente Nazionale Italiano per il Turismo), nel 2020 l'Italia ha registrato una riduzione del 70% dei flussi turistici rispetto all'anno precedente, con una perdita di circa 25 milioni di arrivi internazionali.

Città d'arte come Roma, Firenze e Venezia, che accolgono milioni di turisti ogni anno, sono rimaste desolate. I siti turistici più visitati, i musei, gli alberghi e i ristoranti hanno dovuto abbassare le serrande, con gravi conseguenze economiche: i settori legati al turismo, come quello della ristorazione, degli eventi, dei trasporti e delle agenzie di viaggio, hanno visto un rapido crollo delle entrate. L'Italia, che nel 2019 aveva accolto circa 60 milioni di turisti, ha visto una perdita di fatturato che ha toccato i 120 miliardi di euro nel 2020. La sospensione del turismo internazionale ha avuto un effetto devastante, non solo sul PIL del Paese, ma anche sulle economie locali che dipendono fortemente dai visitatori stranieri.

LA REAZIONE DEL SETTORE: ADATTAMENTO E INNOVAZIONE

Nonostante il drammatico impatto iniziale, il settore turistico italiano ha reagito con determinazione, cercando di adattarsi alle nuove

condizioni imposte dalla pandemia. Le imprese turistiche hanno dovuto rapidamente rivedere le proprie strategie per sopravvivere in un contesto che richiedeva distanziamento sociale, misure sanitarie rigorose e una comunicazione chiara e trasparente riguardo alle precauzioni sanitarie. Molti hotel e ristoranti hanno introdotto misure di sicurezza per garantire la protezione dei clienti e del personale, come l'uso obbligatorio di mascherine, sanificazione continua e la gestione del flusso di persone. Norme igieniche in gran parte di valore assoluto, una sorta di "insegnamento" che certamente avrà effetti positivi nel tempo, rispondendo a precise esigenze di turisti sempre più attenti alla sicurezza dei luoghi visitati durante la loro permanenza: alberghi, ristoranti, bar, musei, stazioni ferroviarie. Inoltre, per adattarsi ai cambiamenti nelle abitudini di consumo, molte strutture ricettive e agenzie di viaggio hanno sviluppato servizi digitali, come le prenotazioni online, le visite virtuali e l'adozione di piattaforme di turismo esperienziale.

Il turismo interno ha preso piede, con gli italiani che, complice anche la difficoltà di viaggiare all'estero, hanno scelto di visitare le bellezze del proprio paese. Le "vacanze di prossimità" sono diventate una tendenza dominante, e molte de-





stinazioni meno frequentate hanno visto un afflusso di turisti locali. Il turismo rurale e quello di montagna, in particolare, hanno registrato un incremento di presenze, compensando, almeno in parte, la diminuzione del turismo internazionale. Un altro segno della resilienza del settore è stato l'acceleramento delle tecnologie digitali: molti musei e siti storici hanno offerto visite virtuali e tour online, adattando il loro servizio alle nuove modalità di fruizione del patrimonio culturale. Il turismo esperienziale, che permette ai viaggiatori di entrare in contatto diretto con la cultura locale, ha trovato nuove modalità di espressione, come corsi di cucina online e attività culturali a distanza.

LE INIZIATIVE DEL GOVERNO ITALIANO E I SOSTEGNI AL SETTORE TURISTICO

Per far fronte alla crisi senza precedenti causata dal COVID-19, il governo italiano ha introdotto una serie di misure di sostegno economico per le imprese turistiche. Tra queste, il "Decreto Rilancio" (legge n. 34/2020) ha introdotto agevolazioni fiscali, contributi a fondo perduto, e finanziamenti a tassi agevolati per le imprese in difficoltà. Queste misure erano mirate a garantire la liquidità delle strutture ricettive, delle agenzie di viaggio, dei tour operator e dei ristoranti, ma anche a salvaguardare l'occupazione in un settore che impiega milioni di persone.

L'Italia ha inoltre puntato sulla promozione del turismo domestico attraverso campagne di marketing come "Vacanze Italiane", che invitavano gli italiani a riscoprire le bellezze del proprio paese. Queste iniziative hanno avuto un buon successo, anche se non hanno potuto compensare la perdita dei flussi turistici internazionali. Nel 2021, il governo ha continuato a supportare il settore con il Recovery Plan europeo,

destinando una parte significativa delle risorse per rilanciare il turismo attraverso investimenti in infrastrutture e sostenibilità. Una delle linee guida è stata proprio quella di promuovere un turismo più sostenibile e responsabile, in linea con le direttive dell'Unione Europea.

LE NUOVE PROSPETTIVE DEL TURISMO IN ITALIA: SOSTENIBILITÀ E DIGITALIZZAZIONE

Il periodo post-pandemico rappresenta una grande opportunità per ripensare e rinnovare il settore turistico in Italia. I cambiamenti nel comportamento dei consumatori, l'adozione delle tecnologie digitali e l'urgenza di sviluppare un turismo più sostenibile sono sfide che il settore dovrà affrontare nei prossimi anni.

Il concetto di "turismo sostenibile" è diventato centrale. L'Italia, che già vantava una vasta gamma di risorse naturali e culturali, dovrà investire nella tutela dell'ambiente e nella valorizzazione delle sue destinazioni meno conosciute. La promozione del "turismo verde", l'utilizzo di fonti energetiche rinnovabili per le strutture turistiche e la gestione ecocompatibile dei flussi turistici saranno cruciali per garantire un rilancio responsabile. La digitalizzazione continuerà a giocare un ruolo fondamentale nel settore. L'adozione di nuove tecnologie, dalla realtà aumentata nelle visite guidate ai sistemi di prenotazione basati su intelligenza artificiale, sarà essenziale per attrarre i nuovi turisti, più giovani e abituati a vivere esperienze digitali.

CONCLUSIONI

Il COVID-19 ha segnato una fase di transizione radicale per il turismo in Italia, un settore che, prima della pandemia, rappresentava una delle principali fonti di reddito e occupazione. Tuttavia, nonostante le difficoltà enormi, il settore ha dimostrato resilienza e capacità di adattamento. Le politiche pubbliche, le iniziative governative e l'inventiva delle imprese hanno consentito di arginare in parte i danni e di porre le basi per una ripresa sostenibile. Il turismo in Italia, a partire dalle lezioni della pandemia, si appresta a riscrivere il proprio futuro, con nuove sfide da affrontare e nuove opportunità da cogliere: la prima e più evidente è rappresentata dall'Anno Santo, che porterà un flusso turistico non solo verso Roma ma in tutte le direttrici classiche italiane.



MCB OPERATORI *in*

“MASSOIDROTERAPIA”

**Diventa
un professionista
sanitario aus.**

**Iscriviti
ora
al corso!**

stgcampus.it/mcb-abilitazione-sanitaria

www.stgcampus.it

Titolo riconosciuto dal Ministero della Salute





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

Luciano Gastaldi

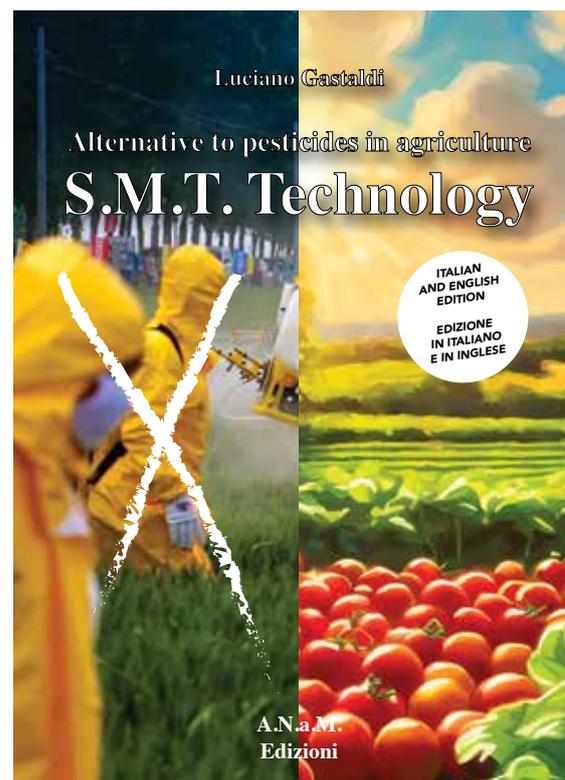
L'alternativa ai pesticidi in Agricoltura

TECNOLOGIA S.M.T.

Edizione bilingue: italiano e inglese - A.N.a.M. Edizioni, Collana "Libreria"

182 pagine, € 30

L'alternativa ai pesticidi in Agricoltura esiste: ce ne parla Luciano Gastaldi (Ricercatore indipendente in Fisica quantistica agronomica, formatosi alla scuola del prestigioso Arbuzov Institute di Kazan), in questo libro che si preannuncia di fondamentale importanza per la salvaguardia della salute umana e del pianeta, in perfetta aderenza con il "Green deal" europeo. Contrastare l'avvelenamento ambientale da parte di pericolose sostanze rappresenta ormai una imprescindibile esigenza e abbandonare l'utilizzo della chimica in agricoltura è oggi una realtà, grazie alle moderne tecnologie fisico-quantistiche che consentono all'acqua di sostituire qualunque pesticida. Un'acqua "funzionale", ottenuta attraverso la modulazione di frequenze elettromagnetiche, tali da ottenere l'effetto voluto. Con risultati evidenti, ripetitivi ed imponenti: siamo di fronte ad una grande conquista della Ricerca italiana, che certamente incontrerà resistenze a causa dei formidabili interessi economici coinvolti, ma che altrettanto certamente appare destinata a trionfare, perché l'opinione pubblica, sempre più attenta e preoccupata, è ormai stanca di chiacchiere. Mettere in luce problemi è importante, ma altrettanto fondamentale è offrire soluzioni: nella seconda parte del libro, Gastaldi illustra, risultati alla mano, come sia possibile utilizzare alternative assolutamente naturali ai pesticidi, grazie alle moderne tecnologie fisico-quantistiche, in grado di trasferire all'acqua, in modo stabile, potenti proprietà "fitomedicali" mirate. Con vantaggio sulla salute dei consumatori di prodotti derivati da coltivazioni in cui questa "acqua" sia stata utilizzata, e anche sull'ambiente: i pesticidi chimici hanno effetti negativi per tutte le forme di vita e, una volta usati, possono migrare nel suolo, nell'acqua e nell'aria, contribuendo in misura drastica all'inquinamento ambientale e mettendo a rischio gli ecosistemi. Solo nel nostro Paese si utilizzano centinaia, forse migliaia di tonnellate all'anno di oltre quattrocento sostanze chimiche. Il problema è certamente medico ma anche tossicologico-ambientale: per questo auguro il massimo successo editoriale al libro di Gastaldi, con diffusione, non solo presso addetti ai lavori e professionisti ma anche al vasto e crescente pubblico di lettori sempre più attenti e consapevoli del rischio che il genere umano sta correndo, inquinando un pianeta che, con la crescita a nove zeri della popolazione umana, è diventato troppo piccolo per continuare a smaltire i nostri errori.



**MANGIA SANO, VIVI MEGLIO
COLTIVA IL TUO BENESSERE**

L57
ECO
IMMUNO
STIMOLANTE



QUANTICA R&D

VIA DON GIOVANNI BODINO, 1
CERVASCA - CUNEO
0171 332108
INFO@QUANTICARED.COM

**ATOSSICO
BIODEGRADABILE
CHEMICAL FREE**

WWW.QUANTICARED.COM

Un dono della Natura

Aloe vera, farmacia in casa



Halyna Korniyenko
Comitato
scientifico ND,
*Natura docet: la
Natura insegna*

Questa pianta succulenta da sempre viene utilizzata in diverse culture per i suoi numerosi benefici terapeutici. Le sue proprietà medicinali sono ben documentate, al punto che l’Aloe è diventata un rimedio naturale noto in tutto il mondo per il trattamento di una vasta gamma di malattie e disturbi. L’Aloe vera è impiegata per uso esterno ed interno e la sua efficacia si estende a numerosi campi della Medicina, dalla cura della pelle al trattamento di disturbi digestivi. In questo articolo, esploreremo in dettaglio gli usi medici dell’aloe vera, focalizzandoci sulle sue applicazioni terapeutiche più comuni e sui benefici che offre.

Il genere Aloe appartiene alla famiglia delle Liliacee, la stessa delle piante da cui provengono cipolle e aglio, con oltre seicento specie, anche

se quella più utilizzata è “*Aloe barbadensis Miller*”, meglio nota come “Aloe vera”, originaria dell’Africa, ma oggi coltivata in molte parti del mondo, grazie alla sua resistenza alla siccità e alla facilità con cui si adatta a diversi climi.

L’Aloe vera presenta foglie spesse e carnose, che contengono al loro interno un gel trasparente e denso, ricco di sostanze benefiche, tra cui vitamine (A, C, E, B12), minerali (calcio, magnesio, zinco), svariati enzimi e altre proteine. È proprio questa composizione chimica che conferisce le virtù terapeutiche a questa pianta (chi scrive ne ha diverse sulla terrazza, curate con amore e portate in veranda nelle giornate di gelo, perché l’occasione di utilizzarne le foglie può essere sempre in agguato).





USI MEDICI ESTERNI

L'utilizzo dell'Aloe vera per applicazioni esterne è probabilmente il più conosciuto e più ampiamente studiato: il gel contenuto nelle foglie di Aloe viene utilizzato per trattare una serie di problemi della pelle, grazie alle sue proprietà lenitive, idratanti e cicatrizzanti.

Scottature

Uno degli usi più comuni dell'Aloe vera è il trattamento delle scottature solari. Il gel di aloe ha proprietà rinfrescanti e lenitive che aiutano a calmare la pelle irritata, ridurre il dolore e accelerare il processo di guarigione. Grazie alla sua capacità di idratare e proteggere la pelle danneggiata, l'Aloe vera viene considerata uno dei rimedi naturali più efficaci per questo utilizzo: studi scientifici hanno dimostrato che l'Aloe vera è in grado di ridurre il tempo di guarigione delle scottature di primo grado, alleviando contemporaneamente dolore e infiammazione e stimolando la produzione di collagene, processo fondamentale per la rigenerazione della pelle.

Ferite e ustioni

Oltre a essere utile per le scottature solari, l'Aloe vera è anche efficace nel trattamento di piccole ferite, abrasioni e ustioni di secondo grado. Il gel di Aloe aiuta a prevenire infezioni, promuove la guarigione dei tessuti danneggiati e riduce l'infiammazione. La sua applicazione diretta sulla zona lesa accelera la formazione di

nuove cellule cutanee, grazie alla stimolazione della sintesi di collagene e alla sua azione antibatterica. Studi clinici hanno confermato che l'aloè vera può accelerare il processo di guarigione e migliorare la cicatrizzazione, riducendo la formazione di cicatrici permanenti.

Acne e dermatiti

Il gel di Aloe vera è anche un rimedio efficace per trattare acne, "punti neri" (comedoni) e irritazioni cutanee. Le sue proprietà antibatteriche e antinfiammatorie sono utili per combattere le infezioni alla base l'acne e per ridurre il rossore e l'infiammazione della pelle. Inoltre, l'Aloe vera idrata senza ungere, il che la rende ideale per chi ha la pelle grassa, particolarmente soggetta a sfoghi acneici. Alcuni studi hanno evidenziato che l'applicazione topica di aloe vera può ridurre la gravità dell'acne e migliorare la condizione della pelle, grazie alla sua capacità di purificare i pori e migliorare il tono della pelle.

USI INTERNI

Oltre agli usi esterni, l'Aloe vera è nota anche per i suoi benefici quando assunta internamente. La pianta è utilizzata in medicina tradizionale per trattare una varietà di condizioni digestive (e non solo): il succo di Aloe vera, anche in preparazioni commerciali, è noto per le sue proprietà lenitive che possono contribuire a calmare l'irritazione del tratto gastrointestinale. È



spesso utilizzato per trattare malattie come gastrite, reflusso gastroesofageo e colite (“colon irritabile”). L’Aloe vera ha infatti un’azione benefica sulle mucose dello stomaco e dell’intestino, contribuendo a ridurre l’infiammazione e favorendo la cicatrizzazione della mucosa danneggiata. Il suo consumo aiuta anche a mantenere un corretto equilibrio del pH gastrico, promuovendo una digestione fisiologica.

STATI TOSSICI

Il succo di Aloe vera è spesso utilizzato come agente detossificante: la pianta ha infatti proprietà depurative che aiutano a purificare da tossine e scorie accumulate. L’Aloe, inoltre, stimola la produzione di bile e favorisce la digestione dei grassi, migliorando l’eliminazione delle tossine attraverso il fegato e i reni. Da sottolineare che l’Aloe vera è ricca di polisaccaridi e altri composti che sostengono la funzione immunitaria, aiutando il corpo a combattere infezioni e a ridurre l’infiammazione. Sempre, ovviamente, affidandoci ai medici per la gestione delle situazioni preoccupanti.

STIPSI

L’Aloe vera rappresenta un valido rimedio naturale per la stitichezza occasionale, soprattutto per coloro che cercano un’alternativa naturale ai lassativi chimici: contiene infatti un composto (antrachinone), che ha effetti lassativi e

di stimolo della motilità intestinale. Tuttavia, è importante fare attenzione con l’uso di aloe per questo scopo, in quanto l’uso prolungato di Aloe vera o la sua assunzione in dosi troppo elevate può causare crampi o diarrea.

BENEFICI GENERALI PER SALUTE E PREVENZIONE

Oltre ai trattamenti per condizioni specifiche, l’Aloe vera è riconosciuta per il suo impatto positivo sulla salute generale, essendo ricca di sostanze antiossidanti, che proteggono l’organismo dai danni dei radicali liberi, riducendo il rischio di malattie croniche e favorendo la longevità. Inoltre, la sua capacità di stimolare il sistema immunitario e migliorare la circolazione sanguigna, la rende un valido supporto naturale per la prevenzione di malattie infiammatorie e autoimmuni.

L’uso consapevole e informato di questa pianta può aiutare a migliorare la salute e il benessere generale, sfruttando al meglio le sue eccezionali proprietà naturali; prima di utilizzarla a scopi terapeutici, se assunta per via interna, è però sempre suggeribile parlarne con il proprio medico, non tanto per evitare possibili effetti collaterali indesiderati, abbastanza rari, quanto per non sostituirla in autonomia a trattamenti convenzionali importanti.



Luciano Gastaldi

Alternative to pesticides in agriculture

S.M.T. Technology

ITALIAN
AND ENGLISH
EDITION

EDIZIONE
IN ITALIANO
E IN INGLESE

A.N.a.M.
Edizioni

180 pagine
€ 30,00



Ballata delle dame cadute

a cura di **Roberto Mancuso**

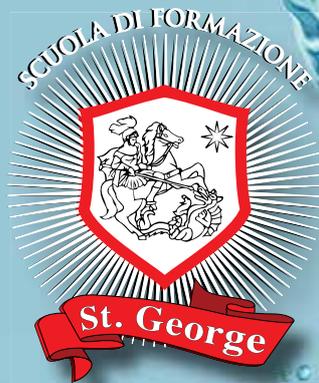
STREGHE (prima parte)

*Signori miei, son stato in val Camonica,
Per consultar le streghe di quel loco,
Se mi saprebbon di Turpin le cronica
Mostrar per forza d'incantato foco:
Una vecchiarda in volto malinconica
Rispose allor con un vocione roco:
-Gnaffe, che si tu la vedrai di botto;
Entra qui tosto meco e non far motto.
L'Orlandino- Limerno Pitocco*

Limerno Pitocco era uno degli pseudonimi usati da Teofilo Folengo, un frate benedettino mantovano, che si divertiva a comporre poemi buffoneschi e un po' volgari. Uomo di chiesa del XVI secolo, sapeva che le streghe stanno con il demonio, ma da scrittore a quanto pare ci rideva sopra. Eppure le streghe, a quei tempi, le potevi trovare dietro ogni cantone. Nell'Orlandino lui ricorda quelle della Val Camonica. Dagli Atti processuali saltano fuori anche i loro nomi: c'era la Marcolfa, Magada, la Vermenaia e poi Agnese, Antonia e ancora una che si chiamava Onesta, ma che tanto onesta non era, perché sotto tortura confessò che a cavallo di una capra, andava fin sul Tonale, per adorare Satana assiso in trono, insieme a tanta altra gente cattiva. La gita si concludeva con un gran banchetto di carne umana, che quelle erano streghe senza alcuna morale. Per fortuna Onesta finì sul rogo attorno al 1518, con tante altre sue colleghe, che quasi non bastava la legna dei boschi per appicciare i roghi. Di streghe ogni paesino ne aveva almeno una, ed era pieno anche di apprendiste malvage, che quando incontravano la loro maestra la salutavano dicendo: «*Salute a te, madonna Oriente*». L'insegnante rispondeva: «*State bene, brava gente*». Poi tutte assieme andavano a fare i sabba e a studiare sortilegi, finché non venivano scoperte e abbruciate vive.

Erano talmente tante che a raccontare le loro leggende senza dimenticarne nessuna ci vorrebbe un'enciclopedia. Una di loro abitava a San Pietro di Novella, una frazione di Rapallo. Si chiamava Cattarina, ma la chiamavano la cagna corsa, perché dicevano venisse dalla Corsica. Di lei si cominciò a sospettare il 6 luglio 1630, quando il capitano di Rapallo, Emmanuele dei Passano, scrisse una lettera al Senato di Genova, che iniziava così: «*hieri mi capitò alla porta una povera donna che va di continuo cercando limosina e mi fu detto che essa è una strega...*». Nel proseguo il capitano informava di aver arrestato la donna e in seguito venne celebrato il processo, in cui l'accusa chiamò numerosi testimoni. In particolare il trentenne Nicolò Multedo riferì, con dovizia di particolari, che la strega gli aveva fatto morire il figlioletto di soli 40 giorni. Con così tante testimonianze Cattarina venne naturalmente portata a Genova e bruciata viva in Piazza di Banchi. Lasciò sulla terra gli Atti del Processo e il suo fantasma, il cui lamento in certe notti si sente nel tratto che da Rapallo conduce a San Pietro di Novella. I lamenti di Cattarina a volte si confondono con quelli di un'altra giovane donna, che viveva nella vicina frazione di San Massimo, giustamente giustiziata anche lei, per aver tradito le giuste leggi. Questa seconda criminale era addirittura una suora e viveva nel Monastero di Valle Christi, un convento che dal 1508 al 1527 ospitò le clarisse. Storia volle che una clarissa birichina, s'innamorò di un pastore e rimase incinta. Le sue consorelle, scandalizzate e oneste, risolsero la questione murando viva la giovane mamma, insieme alla bimba appena nata. Il fantasma della suora è ancora tra quelle mura e sono suoi i pianti che si sentono da quelle parti, che si confondono con quelli della cagna corsa. La strega e la suora sono ancora lì a Rapallo, punite da intolleranti dei tempi andati. Se ancora ce ne fossero, adesso li potremmo salutare con un inchino e con parole cortesi: «*State bene brava gente, vi saluta madonna Oriente*». Ma non solo di donne è fatto il male, ci son pure stregoni e negromanti e uno di loro si chiamava Dante Alighieri.

Ma questa è un'altra storia, da raccontare il prossimo mese, se avrete pazienza e il direttore sarà con-senziente.



IDROCOLON TERAPIA

Trattamento
CON ACQUA
INFORMATA

AFFERMA IL VALORE DELLA TUA PROFESSIONE

**Iscriviti
al corso!**

www.stgcampus.it

CORSO APPROVATO E VALIDATO DA



Quando il drenaggio linfatico è compromesso

Linfedema: cause, sintomi, diagnosi e trattamento



Simonetta Adamanti,
Specialista in Anestesia, Rianimazione e Terapia del Dolore, membro del Comitato scientifico di ND, Natura docet: la Natura insegna

Il linfedema è una condizione clinica caratterizzata da un accumulo anomalo di liquido linfatico nei tessuti del corpo, che porta a gonfiore, spesso localizzato a livello degli arti superiori o inferiori, più frequentemente, ma non necessariamente sempre, in modo unilaterale (solo un arto viene colpito).

Questo disturbo, che può peraltro colpire qualsiasi parte del corpo, deriva da un malfunzionamento del sistema linfatico e, nonostante la sua natura non letale, può compromettere gravemente la qualità della vita, causando disagio emotivo e fisico (fino a parziale invalidità).

COSA È IL LINFEDEMA

Il linfedema è un disturbo del sistema linfatico, che è responsabile del drenaggio del fluido in eccesso, delle proteine, delle cellule morte e delle sostanze di scarto dai tessuti del corpo. Questo sistema è costituito da vasi linfatici, linfonodi e linfa.

Quando il sistema linfatico non funziona correttamente, il fluido linfatico non viene drenato in modo efficace e si accumula nei tessuti, causando gonfiore, dolore e altre complicazioni, come anticipato più frequentemente a livello degli arti, superiori o inferiori, e quasi sempre unilateralmente. Il linfedema si suddivide in due principali tipologie:

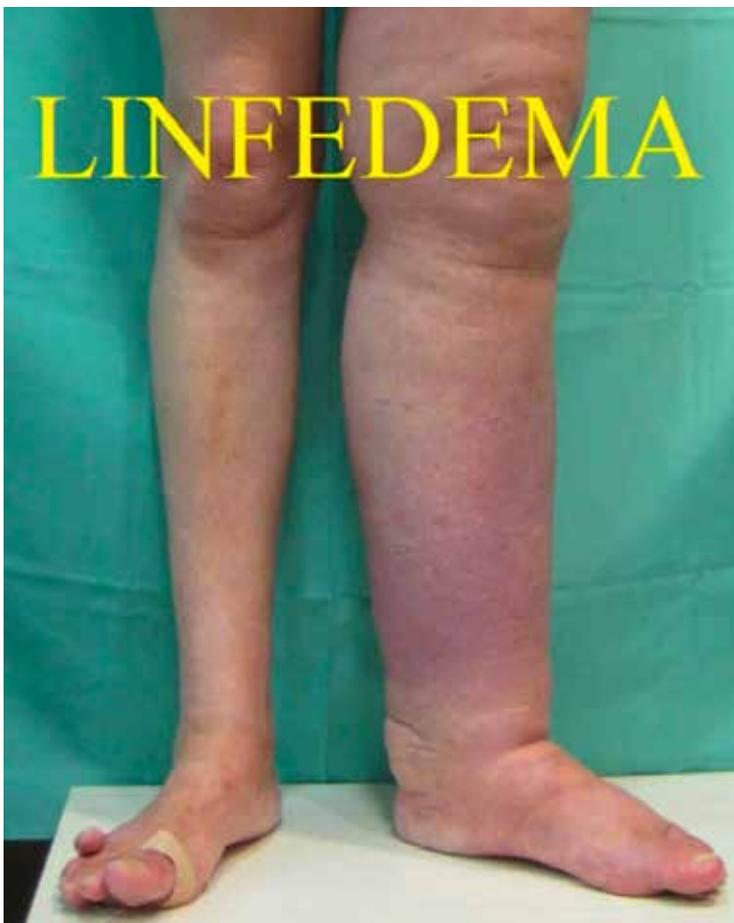
- 1. Linfedema primario:** condizione ereditaria, che si manifesta generalmente durante l'infanzia o l'adolescenza, a causa di malformazioni congenite dei vasi linfatici. Può anche manifestarsi durante la vita adulta, senza una causa apparente.
- 2. Linfedema secondario:** il tipo più comune di linfedema e si verifica a causa di danni al sistema linfatico, spesso a seguito di interventi chirurgici (ad esempio, rimozione di linfonodi), radioterapia, infezioni o traumi. La causa più frequente di linfedema secondario è la chirurgia oncologica, in particolare interventi sul carcinoma mammario, che comportano la rimozione di linfonodi o l'irradiazione dei linfonodi.

CAUSE DEL LINFEDEMA

Le cause del linfedema possono essere diverse e variano a seconda della tipologia di disturbo (primario o secondario).

Linfedema Primario: tra le principali cause del linfedema primario troviamo:

- **Agenesia o ipoplasia dei vasi linfatici:** in



alcuni casi, i vasi linfatici non si sviluppano correttamente fin dalla nascita.

- **Malformazioni dei linfonodi:** i linfonodi possono non essere presenti o non svilupparsi adeguatamente, impedendo il normale drenaggio della linfa.

Una forma rara di linfedema primario, che si manifesta solitamente nell'adolescenza o in età adulta, è poi il cosiddetto "Linfedema di Stokes".

LINFEDEMA SECONDARIO

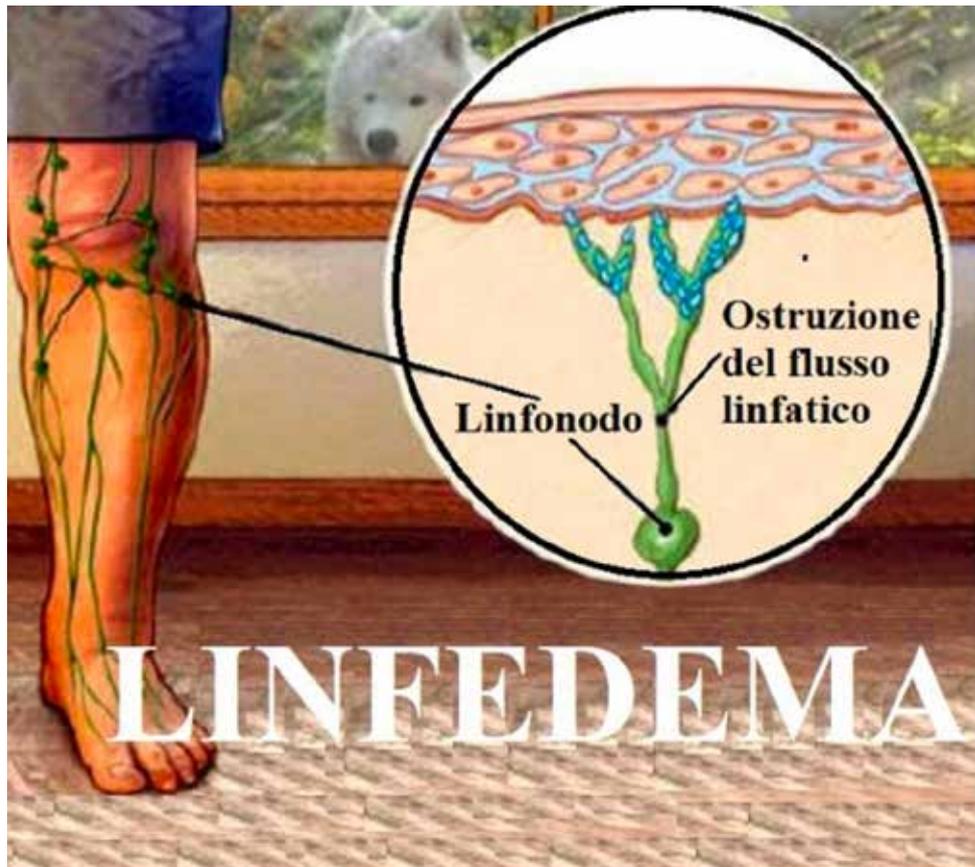
Il linfedema secondario è causato da danni al sistema linfatico e può insorgere come risultato di diversi fattori, tra cui:

- **Trattamenti oncologici:** la rimozione di linfonodi durante un intervento chirurgico per il cancro (ad esempio, mastectomia per il cancro mammario) o l'irradiazione ai linfonodi può danneggiare i vasi linfatici e impedire il normale drenaggio della linfa.
- **Infezioni:** le infezioni gravi, come la filariosi, una malattia causata da parassiti, possono danneggiare il sistema linfatico e portare a linfedema.
- **Trauma fisico:** lesioni gravi o traumi ai vasi linfatici possono compromettere il drenaggio della linfa, dando origine al gonfiore.
- **Obesità:** il sovrappeso eccessivo e aumenta il rischio di linfedema, in particolare nelle persone con precedenti interventi chirurgici o radioterapia.

SINTOMATOLOGIA

Il segno più evidente del linfedema è il gonfiore (edema), che può essere localizzato o diffuso, a seconda della gravità e della causa sottostante. Altri segni e sintomi comuni includono:

- **Gonfiore persistente** in una o più aree del corpo, come le braccia, le gambe o il viso.
- **Sensazione di pesantezza** nell'area colpita, anche accompagnata da dolore.
- **Rigidità articolare** nelle zone colpite, che può limitare la mobilità.
- **Cambiamenti a livello cutaneo:** la pelle del-



la zona interessata può diventare più spessa, dura e ruvida.

- **Infezioni ricorrenti:** a causa della riduzione della circolazione della linfa, la zona colpita può essere più suscettibile a infezioni.
- **Formicolii** o intorpidimenti nelle aree edematose.

DIAGNOSI

La diagnosi precoce del linfedema è fondamentale per un trattamento efficace. Se il gonfiore non scompare o peggiora nel tempo, è importante consultare un medico. La diagnosi si basa su:

- **Esame fisico:** il medico esamina le aree gonfie del corpo e valuta il tipo di edema.
- **Anamnesi:** il medico raccoglie informazioni sulla storia del paziente, inclusi eventuali trattamenti precedenti (come interventi chirurgici, radioterapia o infezioni), terapie in atto e familiarità.
- **Ecografia Doppler:** per escludere la presenza di coaguli di sangue e arteriopatie
- **Risonanza magnetica (RM) o Tomografia computerizzata (TC):** per valutare la gravità

del linfedema e identificare eventuali danni ai vasi linfatici.

- **Linfoscintigrafia:** test che impiega una sostanza radioattiva per osservare come la linfa fluisce attraverso i linfonodi e i vasi linfatici.

TRATTAMENTO

Il trattamento del linfedema mira a ridurre il gonfiore, alleviare i sintomi e prevenire complicazioni come le infezioni. Le opzioni terapeutiche più comuni includono:

- **Terapia Fisica e Massaggi:** una delle modalità più utilizzate per il trattamento del linfedema è il “**drenaggio linfatico manuale**” (DLM), una tecnica di massaggio delicato che stimola il flusso della linfa. Questa terapia viene eseguita da un Massoterapista sanitario (MCB) o da un Fisioterapista, con lo scopo di riattivare il sistema linfatico e ridurre il gonfiore.
- **Compressione:** l’uso di bende compressive o calze elastiche è un trattamento efficace

per aiutare il drenaggio della linfa e ridurre il gonfiore. Questi dispositivi applicano una pressione graduata sulla zona colpita per stimolare il flusso della linfa verso i linfonodi.

- **Esercizio Fisico:** una moderata attività fisica, come il semplice camminare, può contribuire a migliorare la circolazione linfatica e a ridurre il gonfiore. È importante praticare esercizi che non sovraccarichino l’area colpita e siano adatti al proprio stato di salute.
- **Terapia Complementare Enzimatica:** innovativo approccio, mirato a contrastare i disequilibri enzimatici alla base del problema, con eccellenti risultati se correttamente praticata (protocollo scaricabile al seguente link: <https://www.citozeatecsrl.ch/protocollo/linfedema/>).
- **Trattamenti Chirurgici:** in casi gravi di linfedema, quando altre opzioni terapeutiche non si sono rivelate efficaci, si può ricorrere a interventi chirurgici, come la liposuzione per rimuovere l’eccesso di tessuto adiposo accumulato o anche interventi più complessi, per ripristinare la funzionalità del sistema linfatico.

Caso di Linfedema trattato con il protocollo di Terapia Complementare Enzimatica



Dopo due settimane



Dopo un mese

PREVENZIONE

Sebbene non sia sempre possibile prevenire il linfedema, ci sono diverse misure che i pazienti a rischio possono adottare per ridurre il rischio di sviluppare la condizione o per gestirla in modo efficace:

- **Evitare infezioni:** poiché le persone con linfedema sono più suscettibili a infezioni, è importante prendere precauzioni per prevenire tagli o ferite, soprattutto nelle aree colpite.
- **Esercizio fisico regolare:** la pratica di esercizi leggeri può favorire la circolazione linfatica e prevenire il gonfiore, nei soggetti a rischio di sviluppare linfedema (dopo interventi chirurgici, in caso di sedentarietà abituale).
- **Controllo del sovrappeso:** come abbiamo già sottolineato l’obesità è un fattore di rischio per il linfedema.

Per trasformare **DOLORE** 
e **DISAGIO**  in **BENESSERE** 

OSPEDALI E CLINICHE + MEDICINA SPORTIVA + BENESSERE

 **MASTER**
MEDICAL THERAPY



**COMBATTE IL DOLORE
CRONICO E ACUTO**

**Micro-correnti
e biostimolazione elettrica
in radiofrequenza**

Dispositivo medico certificato 
Classe 2A secondo la nuova normativa europea
Sistema di terapia brevettato **BIOBREM Therapy®**

PROFESSIONAL

www.biobrem.com





a cura di **Claudia Amadesi**
Artista

Arte materica: oltre il colore

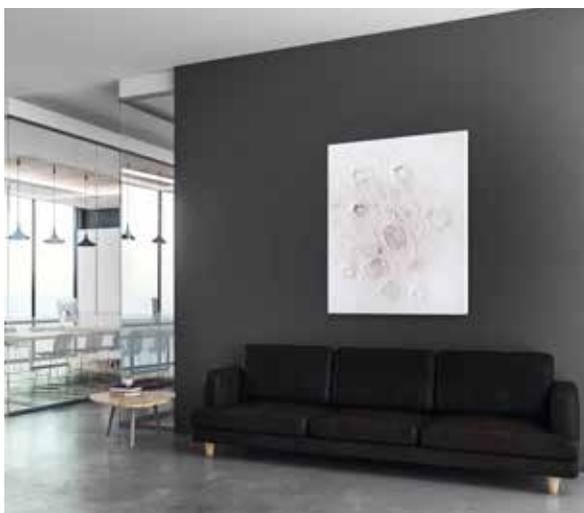
Il concetto di arte materica si fonda sull'idea che il materiale stesso, la sua consistenza e la sua interazione con lo spazio, possono essere espressione artistica. Questi quadri bianchi non sono vuoti o privi di significato, ma piuttosto rispondono come una sfida alla nostra percezione visiva e mentale. Se i quadri tradizionali ci parlano attraverso i colori, le forme e le figure, i quadri bianchi materici ci invitano a riflettere sull'assenza, sul silenzio, sull'invisibile. Sono opere che, in qualche modo, ci costringono a fermarci e a osservare. La scelta del bianco, in questo contesto, non è una mancanza, ma un'intenzione precisa: il bianco è il colore che raccoglie tutti gli altri, che accoglie ogni possibilità, ma al contemporaneo è il colore che più di tutti ci interroga sulla sua stessa natura. Un quadro bianco è un invito a riflettere sulla pura essenza della pittura, al di sopra dalle convenzioni figurative.

Quando un artista decide di creare un'opera che si allontana dalla figurazione e dal colore, sta inevitabilmente compiendo un atto di rottura con la tradizione e con le aspettative del pubblico. I quadri bianchi materici sono una sorta di manifestazione contro il consueto, contro l'idea

che l'arte deve necessariamente "rappresentare" qualcosa. Non si tratta di una semplice astrazione, ma di una ricerca di significato. Questa scelta, che potrebbe sembrare a prima vista una negazione dell'arte stessa, diventa invece un'affermazione della sua libertà. Gli artisti che abbracciano questa visione sfidano lo spettatore a guardare oltre la superficie, ad andare oltre ciò che è visibile. L'arte diventa così una sfida percettiva e intellettuale: non è più solo una rappresentazione, ma una riflessione sulla propria stessa esistenza, sull'assenza e sulla presenza, sul vuoto e sul silenzio. Come per esempio è successo per la creazione di "Luna"; avevo questa idea in mente per cercare di rappresentare la presenza dell'uomo sulla Luna, così ho realizzato l'opera.

LUNA 80X100

Opera completamente bianca, caratterizzata da una forte dimensione materica, invita lo spettatore a una riflessione profonda sulla relazione tra superficie, spazio e tracce lasciate dal passaggio umano. La predominanza del bianco, lontano dalla tradizionale funzione di neutralità, diventa un territorio vivo, denso, dove il vuoto non è mai silenzioso, ma al contrario carico di significato. Le impronte degli scarponi, evidenti sulla superficie, suggeriscono un movimento, una presenza fisica che segnano l'opera, ma che ora è assente, come se lo spettatore dovesse ricostruire la storia attraverso le cicatrici lasciate nel materiale. Le impronte non sono solo segni di un cammino, ma anche tracce di vita; si fondono con i crateri lunari e attraverso la loro forma organica e profonda amplificano il senso di un paesaggio a noi estraneo, ma al tempo stesso evocativo della condizione lunare. La materia stessa, utilizzata in modo volutamente grezzo e quasi brutale, diventa protagonista.





In primo piano:

Acqua domestica e osmosi inversa: facciamo chiarezza

In collaborazione con il Comitato scientifico e con tutti i Lettori

- Epigenetica: intervista al Prof. Giorgio Terziani
- Allergie primaverili
- Polimialgia
- I dieci minuti che salvano la vita: riconoscere le emergenze
- “Libreria”: la biblioteca di ND
- Le proprietà della corteccia di pioppo
- PFAS, Sostanze Perfluoro Alchiliche: nuovo pericolo emergente
- Biofotoni
- Biodiversità e Agricoltura rigenerativa
- Stimolazione elettrica in radiofrequenza
- Interferenti endocrini
- Ulcere da pressione, terapia enzimatica
- Telemedicina
- Storia della disintossicazione
- Testosterone in calo: rimedi naturali
- Fitoterapia: tradizione antica
- Malta
- Il moto perpetuo degli enzimi, tra nascita e restituzione
- ECTA: Educazione Continua in Tossicologia Ambientale
- Donna e Dolore
- Energizzazione con biofrequenze
- Acqua e frequenze
- Morti improvvise
- Orologi: Arte del Tempo
- Il Ciclismo: laboratorio di Fisiologia umana
- Omeosinergia
- Uno sguardo quantistico sul mondo
- Dissonanza cognitiva e abitudini alimentari
- Multisensorialità: strategie nelle demenze
- Alimentazione e nutrizione dei rapaci notturni e diurni
- Organismi Geneticamente Modificati: le verità nascoste
- Insetti nel piatto
- Il mistero del popolo etrusco
- Gli infiniti volti del dolore
- Allergie da Nichel: le “colpe” delle monete da 1 e 2 euro
- Entanglement e Medicina quantistica
- Disinfezione delle autoambulanze
- Le proprietà delle arachidi
- Akkermansia muciniphila e controllo fisiologico del sovrappeso corporeo
- Integratori alimentari contro l'inquinamento?
- Acqua enzimatica in agricoltura

IN MEMORIAM

A numero appena chiuso, apprendiamo della scomparsa di Massimo Plebani, Visiting Professor presso St. George Campus (Economia etica) e autorevole membro del Comitato scientifico di ND (Inquinamento planetario). Esprimiamo le più sentite condoglianze e vicinanza alla famiglia di questo illuminato uomo, che ha legato il suo nome alla lotta contro la plastica, alla cultura dell'Acqua, alla ricerca scientifica e alla divulgazione, anche attraverso questa rivista, dell'importanza di un approccio naturale alla Salute e al Benessere delle persone. Sua la definizione di “carestia nell'abbondanza”, che, meglio di un trattato, sintetizza gli effetti di un'alimentazione sempre più distante dagli insegnamenti della Natura.





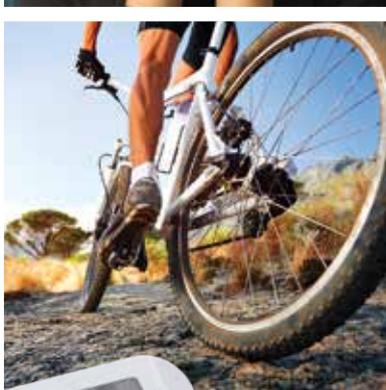
A CASA
SERVIZIO
DOMICILIO
OSPEDALI
IN VIAGGIO
IN UFFICIO



PER MIGLIORARE IL BENESSERE E LA SALUTE



TERAPIA PER IL DOLORE CRONICO E ACUTO



ENBIOS

POCKET

SELF



*Sperimenta
l'efficacia terapeutica
prima del farmaco!*

PER TRASFORMARE
IL **DOLORE** E IL **DISAGIO**
IN **BENESSERE**

MICRO-CORRENTI
BIOSTIMOLAZIONE ELETTRICA
IN RADIOFREQUENZA

Dispositivi medici certificati **CE**
Classe 2A secondo la nuova normativa europea
Sistema di terapia brevettato **BIOBREM Therapy®**



www.biobrem.com

ACQUA *life*®
La tua acqua leggera

Acqua leggera* per la salute e per la bellezza

RENDI L'ACQUA DEL TUO RUBINETTO
PIÙ LEGGERA PER LA TUA SALUTE
E LA TUA BELLEZZA

* Acqua leggera: senza chimica
e metalli pesanti



RICHIEDI INFORMAZIONI

depuratoriacqualife.it - info@depuratoriacqualife.it

Numero Verde
800.036.471