



n. 3 2017
maggio/giugno



30



24



38



74



56



64



10

cibo & salute

10 **Fragola, concentrato di benessere**

Ricca di antiossidanti e di importanti sostanze nutritive, la Fragola mostra spiccate attività antitumorali...

Prof. Alberto Ritieni

18 **La rivincita della Pasta**

Cardine della dieta mediterranea, la Pasta deve essere considerata come alimento irrinunciabile nell'alimentazione quotidiana

Dott.ssa Paola Maffei

medicina

24 **Se il bambino non mangia**

La temporanea perdita di appetito nel bambino, se non accompagnata da altri segnali, non deve essere motivo di eccessiva preoccupazione

Dott. Tiziano Dall'Osso, Melissa Gullotta

30 **Preveniamo il Diabete**

Abitudini alimentari corrette e uno stile di vita attivo rappresentano "veri farmaci" in grado di prevenire l'insorgenza...

Dott.ssa Nicoletta Musacchio

34 **Curare il Cheratocono**

Caratterizzata da alcuni sintomi come bruciore, lacrimazione e fotofobia, questa alterazione dell'occhio può essere corretta attraverso trattamenti innovativi indolori

Prof. Luigi Marino

38 **Una questione di equilibrio**

Spesso associata alla perdita improvvisa di equilibrio, in realtà la Labirintite ha molteplici cause oggi ben diagnosticabili

Dott. Giacinto Asprella Libonati

46 **Frattura del femore, si può prevenire?**

I fattori di rischio che conducono alla Frattura del femore nell'anziano sono spesso legati all'Osteoporosi...

Dott. Federico Santolini,

Dott. Daniele Mangano,

Dott.ssa Antonella Conti

50 **Una bocca sana per vivere meglio**

La Parodontite costituisce un serio problema per la salute generale, rappresentando un fattore di rischio per malattie sistemiche importanti

Dott. Aldo Nobili

il tuo medico di famiglia

52 **Emergenza Pronto Soccorso**

Le criticità del Pronto Soccorso vanno prevenute con una politica sanitaria che consideri la specificità delle varie figure professionali

Dott. Enrico Delfini

piante medicinali

56 **La magia del Gelsomino**

Simbolo femminile per eccellenza, pianta associata alla dolcezza e alla sensualità, il Gelsomino svolge importanti azioni benefiche sia per il corpo che per la psiche

Dott.ssa Alessandra Marchica,

Dott.ssa Elisa Pellegrini

estetica & salute

64 **Sconfiggere la Cellulite**

La Carbossiterapia è una metodica poco invasiva che facilita il drenaggio linfatico, migliora il microcircolo e l'elasticità cutanea

Dott. Gian Enrico Alquati

psicologia

68 **Quando la coppia è in crisi**

Attraversare un periodo critico per la coppia non è sempre negativo, può infatti rappresentare un'opportunità per affrontare più consapevolmente le difficoltà relazionali

Prof. Antonio Lo Iacono

salute & benessere

74 **Gyball, allenamento e benessere**

Esistono svariati strumenti per l'allenamento brevettati e venduti ogni anno per soddisfare un mercato alla ricerca di nuovi e originali stimoli

Dott. Giacomo Contu

ecologia & salute

80 **Obesità infantile, sotto accusa l'inquinamento**

L'esposizione precoce ad una serie di inquinanti presenti nell'ambiente è in grado di interferire con i processi metabolici e di indurre Obesità nei bambini

Dott. Agostino Di Ciaula