

# VITA *in* COPPIA

Anno 1° - n° 3 - mensile  
SETTEMBRE-OTTOBRE 2009

## SICUREZZA IN AUTO PER I NOSTRI BAMBINI

I dispositivi di sicurezza  
più adatti al tuo bambino

## INFERTILITÀ e SESSUALITÀ

La sterilità di coppia:  
le conseguenze  
nella vita affettiva  
e lavorativa

## SPECIALE INFLUENZA A/H1N1

Che cos'è? Quali sono i sintomi e come comportarsi in  
caso di positività al Test.

# Per non dimenticare...

Paolo Ribolzi

**Q**uesto numero della nostra rivista lo vogliamo dedicare ai sei giovani paracadutisti che hanno perso la vita in Afghanistan e a Peppino Impastato un giornalista, anche lui giovane, trucidato dalla mafia. Vite diverse, vissute pericolosamente e arrivate troppo presto alla loro conclusione.

Antonio Fortunato, Roberto Valente, Massimiliano Randino, Davide Ricchiuto, Giandomenico Pistonami e Matteo Muredda sono nomi entrati, per qualche giorno, nella nostra vita e subito scomparsi, inghiottiti dalle impietose leggi della cronaca sempre alla ricerca di nuove notizie. Crediamo però che questi nomi non debbano essere dimenticati. Gli eroi di ieri, e quelli di oggi, sono infatti indispensabili ad una nazione perchè i giovani, che ne rappresentano il futuro, hanno più bisogno di esempi che di parole.

Non vogliamo discutere, non è questo il luogo per farlo, di quanto sia opportuna la presenza delle truppe italiane nelle tante missioni di "pace" sparse nel mondo. Ciò che conta sono i valori etici e lo spirito di pace che ha animato i nostri militari. Valori dimenticati in un tempo che ha nell'utile e nel conveniente i propri punti di riferimento.

Quella di Peppino Impastato è invece un'altra storia di tanti anni fa. Oltre trenta. Era la notte tra l'otto e il nove maggio del 1978 quando la mano criminale della mafia lo ha assassinato. Peppino Impastato era un giornalista libero e non aveva esitato, nonostante i pericoli, a denunciare le attività criminali di "Cosa nostra". Un coraggio che gli è costato la vita e che Ponteranica, un piccolo comune in provincia di Bergamo, ha voluto ricordare qualche anno fa intitolandogli la biblioteca locale. Un bel gesto non condiviso però dal sindaco leghista Cristiano Aldegani eletto nello scorso mese di giugno. Uno dei primi provvedimenti della sua giunta è stato infatti quello di rimuovere la targa in ricordo del giornalista siciliano. Il primo cittadino, per giustificarsi, ha spiegato che la biblioteca verrà dedicata ad un personaggio del territorio. La decisione ha scatenato le proteste del mondo politico, di quello culturale e di molti media. Tutto inutile perchè il sindaco è stato irremovibile. Ad un giornalista che lo intervistava ha spiegato di non sapere chi fosse il mandante dell'omicidio. L'ignoranza non vale come alibi anzi, a ben guardare, può essere considerata una colpa. Soprattutto in un caso come questo. Un merito, sicuramente l'unico, va però riconosciuto anche al Sindaco di Ponteranica. Quello di averci fatto ricordare, in questa storia tutta da dimenticare, la vita eroica di Peppino Impastato.

**REGISTRAZIONE:**  
**TRIBUNALE CIVILE DI ROMA**  
n.65/2009 del 25 Febbraio 2009

© **COPYRIGHT 2009:**  
Global Medical Service Srl  
Tutti i diritti di proprietà letteraria  
e artistica riservati.

**Casa editrice:**  
Global Medical Service srl  
via Azone, 15/A - 00165 Roma  
Tel. 06.66.29.834  
Fax 06.66.34.290  
gmsroma@libero.it

**Hanno collaborato:**  
Lucio Annibaldi  
Luigi Cersosimo  
Andrea Costanzo  
Antonio de Palma  
Tatiana De Santis  
Francesco Fiorebello  
A.R. Genazzani  
Maria Rosa Madera  
C. Nanini  
Annamaria Rombolà  
V. Valentino

**DIRETTORE RESPONSABILE**  
Paolo Ribolzi

**DIRETTORE SCIENTIFICO**  
Luigi Cersosimo

**ART DIRECTOR**  
Alessandra Caputo

**RICERCA FOTOGRAFICA**  
Fabio Braghirolli

**CASTING E PRODUZIONE**  
T.M.M.

**RESPONSABILE PUBBLICITÀ**  
Michaela Leonardi

**Redazione, Amministrazione,  
Abbonamenti e Pubblicità:**

Laborweb srl  
via Vittorio Veneto, 11 - 21100 Varese  
Tel. 0332.288.199  
Fax 0332.233.047  
info@laborweb.it

**Redazione Scientifica:**

A.G.I.CO  
Associazione Ginecologi Consultoriali  
Sede Nazionale:  
Via G. B. Somis, 18 - 00165 Roma  
agico@agico.it - www.agico.it

**Stampa:**

Tipografia Edizioni Grafica Manfredi snc  
Via Gaetano Mazzone, 39/A  
00166 Roma

**Garanzia di riservatezza per abbonati:**

L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art.7 del D.leg. 196/2003 scrivendo a:  
Global Medical Service Srl via Azone,  
15/A - 00165 Roma



# In questo numero

Anno 1° - n° 3 - mensile - Settembre/Ottobre 2009

Visita il nostro sito internet:  
[www.vitaincoppia.it](http://www.vitaincoppia.it)

1.50

abbonamento annuale 7.00

[abbonamento@vitaincoppia.it](mailto:abbonamento@vitaincoppia.it)

## SPECIALE INFLUENZA

### 4-8: INFLUENZA A/H1N1

Che cos'è? Quali sono i sintomi e come comportarsi in caso di positività al Test.

### 9: MANI PULITE

Intervista all'Assessore alla Salute del Comune di Milano Giampaolo Landi

### 10-11: IL VIRUS INFLUENZALE

Gli ultra sessantacinquenni potrebbero essere immuni. Ecco invece chi è più esposto

## BIMBI E ADOLESCENTI

### 14-18: LA SICUREZZA DEI NOSTRI BAMBINI IN AUTO

Ogni sei ore in Europa un bambino muore a causa di un incidente stradale. Il numero potrebbe essere ridotto se venissero usate sempre le cinture di sicurezza. Ecco qualche prezioso consiglio da non trascurare.

### 19: 50 FA NASCEVA LA CINTURA DI SICUREZZA

Dal 1959 la cintura a tre punti costituisce un importante equipaggiamento di sicurezza per chi viaggia in automobile

### 21: CRESCERE IN ARMONIA CON LA RIMA E LA POESIA

Fin dall'infanzia è importante dare spazio all'esperienza poetica, perché favorisce lo sviluppo del linguaggio

### 22-24: DISFAGIA INFANTILE: VOGLIAMO CONOSCKERLA MEGLIO?

Se ne parla poco ed è spesso sottovalutata anche dagli stessi medici. Ecco come conoscerla meglio

### 26-28: ARRIVANO...

Con l'inizio dell'anno scolastico i piccini fanno la loro comparsa. Ecco come difendere i nostri bambini

### 30-32: ANCHE I BAMBINI CE L'HANNO!

Il colesterolo è presente fin dall'infanzia. In due casi su dieci i valori sono però oltre la norma.

## RUBRICHE - ATTUALITA' - CURIOSITA'

### 25: ABU DHABI

il futuro è qui

### 36-38: SIAMO TUTTI VENDITORI?

I mercati online.

### 46-47: FRANCIACORTA

Un Consorzio a tutela del vino

### 52: EBRU DANYAL GIOIELLI

Un mondo fantastico e gioioso, in cui i sogni prendono forma

### 45/55-56: SAI CHE

Notizie utili e piccole curiosità

### 49: OMAGGIO AD ALDA MERINI

### 50: BIOCELL CENTER

La banca delle cellule staminali da liquido amniotico

### 58-59: QUARANTASETTIMANE

Prodotti di design per mamme e bambini

### 60-63: L'ERA GLACIALE 3 L'ALBA DEI DINOSAURI

Terzo capitolo della saga glaciale

### 65: PROVATI PER VOI

Piccola guida ad alcune trattorie tipiche italiane

### 66: RICETTE

Tante piccole ricette per voi, tutte a base di Zucca

### 67: OROSCOPO

Scopri cosa dicono le stelle per te e per il tuo bambino nato sotto il segno della bilancia

## MAMMA E PAPA'

### 34: INFERTILITA' E SESSUALITA'

Spesso la sterilità di coppia è accompagnata da sentimenti di colpa con possibili conseguenze nella vita affettiva e in quella lavorativa

### 40-41: VISSUTI PSICOLOGICI E SESSUOLOGICI DELLA COPPIA STERILE

Diventare genitori è un momento importante nel processo evolutivo dell'uomo; nell'uomo o nella donna sterili sembra quindi mancare una possibilità evolutiva, e tale mancanza può modo destabilizzare l'equilibrio psicologico.



Pag. 4-8  
SPECIALE INFLUENZA



Pag. 14-18  
LA SICUREZZA  
DEI NOSTRI BAMBINI IN AUTO



Pag. 30  
INFERTILITA' E SESSUALITA'

# Influenza A/H1N1

*Che cos'è? Quali sono i sintomi e come comportarsi in caso di positività al Test.*



## Cos'è la nuova influenza provocata da virus A/H1N1?

**L**a nuova influenza A/H1N1 è un'infezione virale acuta dell'apparato respiratorio con sintomi fondamentalmente simili a quelli classici dell'influenza: febbre ad esordio rapido, tosse, mal di gola, malessere generale. Come per l'influenza classica, sono possibili complicazioni gravi, quali la polmonite, e casi mortali. I primi casi di questa nuova influenza umana da virus A/H1N1 sono stati legati a contatti ravvicinati tra maiali e uomo; il nuovo virus A/H1N1 è infatti un virus di derivazione suina. Nell'uomo infezioni da virus influenzali suini sono state riscontrate occasionalmente fin dagli anni 50 e sono legati ad esposizione e contatti ravvicinati (1-2 metri)

con suini, ma il nuovo virus A/H1N1 si è ora adattato all'uomo ed è diventato trasmissibile da persona a persona. L'influenza non viene trasmessa attraverso il cibo e si sottolinea come, anche se i primi casi siano stati legati a suini, non vi sia alcun rischio di infezione attraverso il consumo di carne suina cotta o prodotti a base di carne suina. Trattandosi di un nuovo virus influenzale, la vaccinazione con i tradizionali vaccini antinfluenzali (vaccini stagionali) molto probabilmente non è efficace; la vaccinazione contro l'influenza classica è comunque una misura raccomandata in caso di viaggi.



## Quali sono i sintomi dell'influenza A/H1N1?

I sintomi che caratterizzano l'influenza A/H1N1 sono sostanzialmente tre:

- 1) febbre > 38° (non esiste influenza senza febbre alta!);
  - 2) raffreddore, dolore alla gola, tosse (almeno un sintomo respiratorio);
  - 3) dolori importanti a muscoli e articolazioni ossee (almeno un sintomo sistemico).
- Il virus si propaga tramite la saliva e le goccioline emesse con la tosse e gli starnuti.

L'Influenza A/H1N1 si presenta quindi, esattamente nello stesso modo di qualsiasi altra influenza stagionale.

## Cosa fare?

Se affetti dai sintomi non recarsi negli ambulatori, nelle farmacie, nell'ospedale! ma...

- 1) non perdere la calma né entrare nel panico;
- 2) rimanere nella propria abitazione, allontanando gli estranei e i parenti non conviventi, stare nella propria stanza lontano dai conviventi (bastano 3 metri!);
- 3) se nelle ore diurne telefonare al proprio medico o farlo la mattina seguente all'inizio della sintomatologia.



I sintomi che caratterizzano l'influenza A/H1N1: febbre e raffreddore



## Come nasce la nuova influenza?

Quando virus influenzali di differenti specie animali infettano i suini, i virus possono andare incontro a fenomeni di "riassortimento" e nuovi virus che sono un mix di virus umani/aviari/suini possono emergere.

Nel corso degli anni, sono emerse diverse varianti di virus influenzali suini; al momento, nei maiali sono stati identificati 4 sottotipi principali di virus influenzali di tipo A: H1N1, H1N2, H3N2, e H3N1.

Comunque, **la maggior parte dei virus isolati recentemente nei maiali sono stati H1N1.**

## Cosa fare?

Il vs medico di Famiglia, conoscendo bene e il vostro stato di salute e quello dei familiari conviventi, a questo punto:

- 1) vi farà pervenire mascherina, camice mono uso e uno stampato con le precauzioni che dovrete assolutamente seguire alla lettera;
- 2) metterà in isolamento domiciliare tutti i conviventi (i bambini non dovranno andare a scuola, i lavoratori resteranno a casa, anche gli autonomi. - Non si può scherzare con la salute altrui!);
- 3) prescriverà terapia sintomatica, antifebbrili, antitosse;
- 4) effettuerà la visita domiciliare solo e soltanto in casi particolari.

A parte i casi di soggetti con particolari fattori di rischio (gravi malattie polmonari, gravi malattie cardiache, soggetti immunodepressi, diabetici, etc.) l'influenza si risolve in 3-4 giorni con lo sfebbramento.

Se la febbre persiste oltre il terzo giorno o compaiono sintomi non previsti, telefonare al proprio medico.

Intanto, dopo la vostra prima telefonata, il medico di Famiglia avrà provveduto a fare la denuncia presso la USL e alle Malattie Infettive di sospetta influenza A/H1N1, così che SE il paziente fosse a rischio o SE la sintomatologia persistesse, sempre il vs medico vi indirizzerà al reparto di Malattie Infettive dove, conoscendo già il vs caso, effettueranno il tampone orofaringeo per avere conferma del tipo di influenza, vi verranno somministrati i farmaci antivirali (solo e soltanto in questo caso) e predisposto ricovero ove fosse necessario.



**Soffiarsi il naso con fazzoletti di carta e lavarsi spesso le mani sono delle semplici ma importanti precauzioni in caso di positività al test**

## Precauzioni in caso di positività al test

- 1) Mettersi la mascherina e tenerla SEMPRE, anche se si è da soli (la saliva e le famose goccioline si depositano intorno su mobili etc fino a tre metri e possono venir a contatto di altri);
- 2) Lavarsi le mani con saponi igienizzanti molto spesso;
- 3) Soffiarsi il naso con fazzoletti di carta e gettarli ogni volta;
- 4) Cambiare le lenzuola ogni 2/3 giorni, cambiare gli asciugamani tutti i giorni;
- 5) Se la casa ha 2 bagni il malato userà un bagno, tutti

gli altri conviventi l'altro;

6) Il malato dormirà da solo, coniugi e/o figli anche e soprattutto se bambini piccoli dovranno essere tenuti nelle altre stanze;

7) Aerare almeno 2 volte al giorno la camera da letto;

8) Predisporre piatti, bicchiere, posate possibilmente di plastica con tovaglioli di carta, da buttare via. Nel caso di dubbio di aver usato stoviglie usare la lavastoviglie ad alta temperatura, oppure, se non c'è, bollire in una pentola le stoviglie con poco detersivo

per circa 15 minuti;

9) Una volta superata la malattia, si consiglia di cambiare completamente tutto il letto pulendo ove possibile con acqua e disinfettante mobili e superfici della stanza.



**Mettersi la mascherina è una delle importanti precauzioni da prendere in caso di positività al test**

## Pandemie nella storia

Una pandemia è una epidemia la cui diffusione interessa più aree geografiche del mondo, con un alto numero di casi gravi ed una mortalità elevata. Il termine pandemia si applica solo a malattie o condizioni patologiche contagiose. Di conseguenza, molte delle patologie che colpiscono aree molto grandi o l'intero pianeta (per esempio il cancro) non sono da considerarsi pandemiche.

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità, le condizioni affinché si possa verificare una vera e propria pandemia sono tre:

**la comparsa di un nuovo agente patogeno; la capacità di tale agente di colpire gli uomini, creando gravi patologie; la capacità di tale agente di diffondersi rapidamente per contagio.**

Nella storia si sono verificate numerose pandemie, fra le più recenti si ricordano l'**influenza spagnola** nel 1918, l'**influenza asiatica** nel 1957, l'**influenza di Hong Kong** nel 1968, l'HIV dal 1969.

La maggior parte delle pandemie furono zoonosi, ovvero originate dalla convivenza degli esseri umani con animali da allevamento; come l'influenza e la tubercolosi.

Fra **le pandemie più catastrofiche** si possono annoverare:

**Febbre tifoide** durante la guerra del Peloponneso, 430 a.C. Uccise un quarto delle truppe di Atene ed un quarto della popolazione, nel giro di quattro anni. Questa malattia fiaccò la resistenza di Atene, ma la grande virulenza della malattia ha impedito una ulteriore espansione, in quanto uccideva i suoi ospiti così velocemente da impedire la dispersione del bacillo. Nel gennaio 2006 alcuni ricercatori della Università di Atene hanno ritrovato, nei denti provenienti da una fossa comune sotto la città, presenza di tracce del batterio.

**Morbo di Antonino**, un'epidemia presumibilmente di **vaiolo**, portata dalle truppe di ritorno dalle province del Vicino Oriente, uccise cinque milioni di persone. Fra il 251 e il 266 si ebbe il picco di una seconda pandemia dello stesso virus.

**Morbo di Giustiniano**, a partire dal 541; fu la prima pandemia nota di **peste bubbonica**. Partendo dall'Egitto giunse fino a Costantinopoli; morirono quasi la metà degli abitanti della città, a un ritmo di 10.000 vittime al giorno. La pandemia si estese nei territori circostanti uccidendo complessivamente un quarto degli abitanti delle regioni del Mar Mediterraneo orientale.

**La Peste Nera**, a partire dal 1300. Ottocento anni dopo la strage di Costantinopoli, la peste bubbonica fece il suo ritorno dall'Asia in Europa. Raggiunse l'Europa occidentale nel 1348, e uccise venti milioni di europei in sei anni.

### Pandemie di colera

**-1816-1826:** Confinata all'India, la malattia si diffuse dal Bengala fino alla Cina e al Mar Caspio.

**-1829-1851:** Toccò l'Europa (Londra nel 1832), Canada, e Stati Uniti (costa del Pacifico).

**-1852-1860:** Principalmente diffusa in Russia.

**-1863-1875:** Diffusa principalmente in Europa e Africa.

**-1899-1923:** Ebbe poco effetto sull'Europa grazie anche ai progressi nella salute pubblica; la Russia ne fu di nuovo colpita duramente.

**-1960-1966:** L'epidemia chiamata "El Tor" colpì l'Indonesia, raggiunse il Bangladesh nel 1963, l'India nel 1964, e l'Unione Sovietica nel 1966.

L'**influenza spagnola**, 1918-1919. Iniziò nell'agosto del 1918 in tre diversi luoghi: Brest, in Francia; Boston, nel Massachusetts; e Freetown in Sierra Leone. **Si trattava di un ceppo di influenza particolarmente violenta e letale.** La malattia si diffuse in tutto il mondo, uccidendo 25 milioni di persone in 6 mesi.

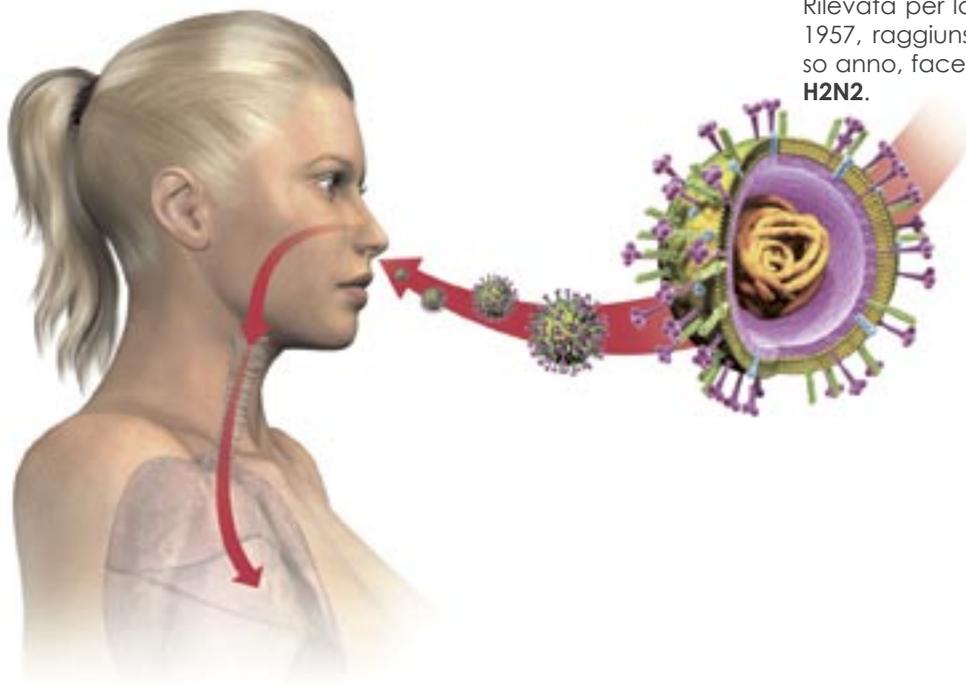
L'**influenza asiatica**, 1957-1958.

Rilevata per la prima volta in Cina nel febbraio del 1957, raggiunse gli Stati Uniti nel giugno dello stesso anno, facendo circa 70000 morti. Il ceppo era lo **H2N2**.

L'**influenza di Hong Kong**, 1968-1969.

Il ceppo H3N2, emerso a Hong Kong nel 1968, raggiunse nello stesso anno gli Stati Uniti e fece 34000 vittime. Un virus **H3N2** è ancora oggi in circolazione.

La **SARS**, 2003. Non una vera e propria pandemia anche se il virus, proveniente dalla Cina, si diffuse a Hong Kong e di lì fino a Taipei, Singapore, Toronto e molte altre nazioni.



L'**influenza A H1N1**, 2009-?

Attuale Pandemia del Virus **H1N1** (lo stesso ceppo della Spagnola) denominata originariamente **Influenza Suina** perché trasmessa da questo animale all'uomo. Il suo focolaio iniziale ha avuto origine in Messico, estendendosi poi in soli 2 mesi a quasi 80 paesi.

Un altro agente patogeno che creò ricorrenti pandemie nella storia umana fu il **tifo**, tendeva a diffondersi con maggiore rapidità in situazioni di guerra o in ambienti come navi e prigionieri. Emerso già ai tempi delle Crociate, colpì per la prima volta l'Europa nel 1489, in Spagna. Durante i combattimenti fra spagnoli e musulmani a Granada, i primi persero 3000 uomini in battaglia e 20000 per l'epidemia. Sempre per via del tifo, nel 1528 i francesi persero 18000 uomini in Italia; altre 30000 persone caddero nel 1542 durante i combattimenti nei Balcani. La grande armée di Napoleone fu decimata dal tifo in Russia nel 1811. Il tifo fu anche la causa di morte per moltissimi reclusi dei campi di concentramento nazisti durante la Seconda Guerra Mondiale.

L'incontro fra gli esploratori europei e le popolazioni indigene di altre zone del mondo spesso fu causa di epidemie e pandemie violentissime. La popolazione dei Guanci delle isole Canarie fu completamente sterminata da un'epidemia nel XVI secolo.

Il **vaiolo** uccise metà della popolazione di Hispaniola nel 1518, e seminò il terrore in Messico intorno al 1520, uccidendo 150000 persone (incluso l'imperatore) solo a Tenochtitlán; lo stesso morbo colpì violentemente il Perù nel decennio successivo.

Il **morbillo** fece altri due milioni di vittime tra i nativi messicani nel XVII secolo. Ancora fra il 1848 e il 1849, circa un terzo della popolazione nativa delle Hawaii morì di morbillo, pertosse e influenza.

Moltissime sono anche le epidemie di cui restano testimonianze storiche ma delle quali è impossibile identificare l'eziologia. Un esempio particolarmente impressionante è quello della cosiddetta "**malattia del sudore**" che colpì l'Inghilterra nel XVI secolo; più temibile della stessa peste bubbonica, questa malattia uccideva all'istante.

<http://www.laborhotel.com>



# Labor Hotel

Il sistema di prenotazione On Line

l'hotel per la vacanza che sogni è qui



# Mani pulite...



Nella foto  
Gianpaolo Landi

Intervista all'Assessore alla Salute del Comune di Milano Gianpaolo Landi

"Nessun allarmismo ma teniamo alto il livello di attenzione."

*E' determinato Gianpaolo Landi, parlamentare dal 1996 al 2006 nella squadra di Alleanza Nazionale ed ora Assessore alla Salute del Comune di Milano, pronto a combattere questa emergenza sanitaria.*

"Sappiamo che il virus A/N1H1 sta facendo il suo percorso ed è ipotizzabile che prima della prossima primavera possa contagiare, nel mondo, decine e decine di milioni di persone."

**"Per l'Italia cosa si prevede?"**

"Anche da noi non passerà inosservato. Le previsioni sono di tre o quattro milioni."

**"Non c'è da scherzare."**

"Per niente. Proprio per questo ci siamo mobilitati a livello ministeriale, regionale e anche comunale."

**"Una metropoli come Milano cosa sta facendo?"**

"Occorre non trascurare le raccomandazioni che da tempo stiamo ripetendo"

**"Cioè?"**

"Innanzitutto sottoporsi alla vaccinazione per l'influenza stagionale e per quella del Virus A"

**"Un consiglio che vale per tutti?"**

"Assolutamente sì, ma soprattutto per le categorie a rischio."

**"Quali sono?"**

"Chi per motivi professionali può, con facilità, entrare in contatto con il virus. Penso alle badanti, a chi opera nel campo sanitario e para sanitario, le Forze dell'Ordine e chi, a causa della sua professione, è costretto ad entrare in contatto con molte persone durante la sua giornata di lavoro."

**"Anche i giovani non devono sottovalutare il virus"**

"Certamente. A causa della loro età e della loro ridotta esperienza ad affrontare le malattie non sono abituati a sottoporsi ad alcun vaccino. Per questo tendono a non dare la giusta considerazione a que-

sta nuova forma virale."

**"Anche loro invece sono esposti al pericolo del contagio:"**

"Lo sono e molto. Il loro organismo è meno abituato ad affrontare i virus e per questo potenzialmente più vulnerabile".

**"Oltre alla campagna d'informazione?"**

"Informare e sensibilizzare la popolazione è molto importante, ma non basta."

**"Che altro bisogna fare?"**

"Occorre avere comportamenti igienicamente corretti. Per questo abbiamo predisposto la presenza di almeno 150 dispenser per lavarsi le mani in punti strategici della città."

**"Quali sono?"**

"Gli uffici pubblici e i luoghi molto frequentati e di forte passaggio"

**"Fino a quando durerà questa emergenza?"**

"Il virus sarà presente fino alla fine dell'inverno. Dal prossimo mese di aprile è prevista la sua scomparsa"

**"Qualche altro consiglio?"**

"Quello di avere una maggiore attenzione per il proprio stile di vita. E' davvero utile e non solo per combattere le malattie stagionali"



# Il virus influenzale

*Gli ultra sessantacinquenni potrebbero essere immuni.  
Ecco invece chi è più esposto*



**Nella foto**  
**Dr.ssa Annamaria Rombolà**

I virus influenzali, sulla base di differenze strutturali fra le proteine virali, si classificano in A, B e C; quelli interessati alle epidemie umane appartengono ai tipi A e B. Il virus A è a sua volta suddiviso in sottotipi, in base a differenze antigeniche fra l'emoagglutinina (H) e la neuraminidasi (N). La risposta immunitaria verso H è precoce e riduce il rischio di infezione, mentre la risposta verso N è più tarda e limita la

diffusione del virus nel sistema respiratorio.

Il virus A è il più diffusivo, in quanto in grado di modificarsi, ovvero di presentare variazioni antigeniche di H e N; le continue variazioni antigeniche Drift originano nuovi ceppi che causano le epidemie annuali.

Il virus A inoltre è in grado di combinarsi con virus animali, generando ceppi imprevedibili con modifiche antigeniche radicali Shift rispetto ai ceppi verso cui la popolazione è stata esposta negli anni precedenti e quindi immunizzata. Questi ceppi causano le pandemie che si verificano raramente e si associano a elevata mortalità.

L'influenza A(H1N1)v è una infezione virale acuta dell'apparato respiratorio. I sintomi fondamentalmente sono simili a quelli classici dell'influenza stagionale: febbre ad esordio rapido, mal di gola, tosse, malessere generale.

Nell'uomo infezioni da virus influenzali A H1N1 sono state riscontrate fin dagli anni '50 e per tale motivo si suppone che i soggetti ultra65enni possano essere già immuni dal virus. L'epidemia più conosciuta è quella che ha colpito i soldati di Fort Dix, New Jersey (USA), nel 1976, con circa 200 casi tra i soldati presenti nel campo. Il virus causò malattie con segni radiologicamente evidenti di polmonite in almeno 4 soldati e 1 decesso. Si ritiene che il virus abbia circolato per un mese, per scomparire spontaneamente.

Come l'influenza stagionale anche l'influenza da virus influenzale A(H1N1)v nell'uomo può presentarsi in forma lieve o grave e come la stagionale può causare un peggioramento di patologie croniche pre-esistenti; sono stati segnalati casi di complicazioni gravi (polmonite ed insufficienza respiratoria (ARDS) e decessi associati ad infezione da virus A(H1N1).

Al momento il virus presenta caratteristiche di elevata trasmissibilità. Le caratteristiche di una pandemia (dal greco antico pan-demos, "tutto il popolo") sono le seguenti:

- epidemia caratterizzata da rapida diffusione di una infezione in più aree del mondo;
- sono in causa sottotipi virali nuovi o che non circolano nella popolazione da molto tempo e verso i

quali la popolazione non ha un adeguato patrimonio anticorpale;

- il nuovo virus deve essere in grado di replicarsi nell'uomo, dare sintomi gravi in tutti i gruppi di età inducendo mortalità elevata;
- il nuovo virus deve avere la capacità di essere trasmesso efficacemente da uomo a uomo ovvero di creare una catena di trasmissione in grado di causare l'epidemia.

È stato approntato un vaccino "pandemico" A/H1N1 la cui consegna alle Regioni e Province Autonome è prevista nel periodo 15 ottobre-15 novembre 2009 fino a copertura di almeno il 40% della popolazione residente in Italia.

In riferimento all'Ordinanza del Ministero della salute "Misure urgenti in materia di profilassi vaccinale dell'influenza pandemica A(H1N1)v" l'offerta vaccinale in ordine di **priorità** sarà rivolta a:

- persone ritenute essenziali per il mantenimento della continuità assistenziale e lavorativa: personale sanitario e socio-sanitario; personale delle forze di pubblica sicurezza e della protezione civile; personale delle Amministrazioni, Enti e Società che assicurino i servizi pubblici essenziali; i donatori di sangue periodici;
- donne al secondo o al terzo trimestre di gravidanza;
- persone a rischio, di età compresa tra 6 mesi e 65 anni;
- persone di età compresa tra >6 mesi e 17 anni, non incluse nei precedenti punti, sulla base degli aggiornamenti della scheda tecnica autorizzata dall'EMA o delle indicazioni che verranno fornite dal Consiglio Superiore di Sanità;
- persone tra i 18 e 27 anni, non incluse nei precedenti punti.

(L'immunizzazione della fascia giovanile "sana" tra 6 mesi e 27 anni è motivata dal fatto che tali soggetti non sono mai stati esposti a influenze pandemiche e perciò sono più a rischio di infezione e di diffusione virale)

In particolare sono considerate persone a rischio quelle affette da: malattie croniche a carico dell'apparato respiratorio, inclusa asma, displasia broncopulmonare, fibrosi cistica e BPCO; gravi malattie dell'apparato cardiocircolatorio, comprese le cardiopatie congenite ed acquisite; diabete mellito e altre malattie metaboliche; malattie renali con insufficienza renale; malattie degli organi emopoietici ed emoglobinopatie; neoplasie; gravi epatopatie e cirrosi epatiche; malattie congenite ed acquisite che comportino carenza di produzione di anticorpi; immunosoppressione indotta da farmaci o da HIV; malattie infiammatorie croniche e sindromi da malassorbimento intestinale; patologie associate ad un aumentato rischio di aspirazione delle secrezioni respiratorie, ad esempio malattie neuromuscolari; obesità con Indice di massa corporea (BMI) > 30 e gravi patologie concomitanti; condizione di familiare o di contatto stretto di soggetti ad alto rischio che, per controindicazioni temporanee o permanenti, non possono essere vaccinati.

## Leader nella Contraccezione d'Emergenza

In base alla disponibilità di vaccino pandemico nel corso della campagna vaccinale potranno essere inserite nel programma anche altre categorie di soggetti.

Del vaccino pandemico ( confezionato in fiale decadose) è prevista una doppia somministrazione a distanza di 3-4 settimane; anche se sull'ultimo numero del New England Journal of Medicine è stato pubblicato uno studio da cui emerge chiaramente che probabilmente ne basta **una sola dose** .

Il vaccino è un monovalente adiuvato con MF59 (microfluidized emulsion 59) per aumentarne il potere immunogeno agli antigeni di superficie emoagglutinina (H) e neuraminidasi (N) del virus anche nei soggetti con sistema immunitario meno responsivo. Il nome commerciale del vaccino che adopereremo è Focetria.

L'adiuvante contenuto nel vaccino (MF59) induce

- attivazione delle cellule dendritiche e aumento dell'assorbimento dell'antigene nel sito di inoculo
- una più efficace presentazione dell'antigene alle T-cell dopo migrazione nei linfonodi.

Per quanto riguarda l'efficacia protettiva di questo vaccino occorre tener presente che :

- a) la suscettibilità al virus influenzale è inversamente correlata al titolo di anticorpi anti-HI;
- b) l'aumentata produzione di anti-HI riduce la probabilità di malattia;
- c) esiste una relazione inversa tra titolo anti-HI e l'at-

tack-rate durante un'epidemia.

**I trials clinici** con il vaccino contro il virus A(H1N1)v sono iniziati nel mese di luglio. I primi risultati di uno studio pilota hanno fatto emergere chiaramente che il vaccino ha indotto una forte risposta immunitaria nell'80% dei soggetti vaccinati con una sola dose, che ha una buona tollerabilità e che come evento indesiderato più frequente ha dato dolore nel punto di inoculazione.

Si rammenta l'importanza della somministrazione anche del vaccino anti-influenzale stagionale per minimizzare i rischi di coinfezione e riarrangiamento genico di altri virus influenzali.

Riguardo alle **donne** che all'inizio della stagione epidemica si troveranno nel secondo e terzo trimestre di **gravidanza**, è noto che il rischio legato all'influenza A in questa categoria è maggiore, per tale motivo sono state inserite come target nell'ordinanza sulla vaccinazione firmata dal Viceministro alla Salute se pur in attesa di indicazioni dettagliate dopo il parere del Consiglio Superiore di Sanità .

Si ricorda che le donne nel secondo e terzo trimestre di gravidanza rientrano anche nel target del protocollo operativo P.O. della campagna vaccinale anti-influenzale stagionale.

di Annamaria Rombolà



# Tutti i consigli per frequente nella

Detergente intimo Chilly Speciale Secchezza: morbidezza e nutrimento alle parti intime nei momenti più sensibili della vita di una donna

**P**er le donne l'intimo è un aspetto molto importante che racchiude significati forti e profondi coinvolgendo non solo la sfera fisica ma anche quella psicologica ed emotiva. Per una donna, prendersi cura ed avere attenzione per la propria igiene intima si traduce in una migliore immagine di sé, accrescendo l'autostima e la fiducia sia sul fronte della femminilità, sia della seduzione. Proprio per questo, molte donne ritengono che l'intimità fisica ed emotiva siano legate e non possano essere scisse tra loro, intrecciandosi e influenzandosi reciprocamente.

A riprova di questa stretta interrelazione, si possono prende

re in esame le varie tipologie di conseguenze di un disturbo intimo diffuso tra le donne sia giovani che meno giovani, come la secchezza intima. Un fastidio che si ripercuote anche nell'ambito intimo-emotivo, comportando spesso disagi fisici ma anche difficoltà con il proprio partner fino ad essere vissuto come un vero e proprio tabù del quale ci si vergogna a parlare anche con il proprio ginecologo.

Le origini della secchezza intima possono essere **biologiche** o **legate agli stili di vita**.

Tra le cause legate ai fattori biologici ci sono i **cambiamenti ormonali** dopo la gravidanza, durante l'allattamento e in menopausa - quando i livelli di estrogeni e testosterone si modificano notevolmente - oppure con l'**uso di contraccettivi ormonali** e di alcuni farmaci che possono alterare l'equilibrio ormonale dell'organismo.

La secchezza intima può essere provocata anche da alcuni stili di vita. Tra questi si annoverano, ad esempio, l'uso abituale di **assorbenti interni** che possono provocare irritazioni delle mucose, oppure l'impiego più volte al giorno di **saponi aggressivi** che limitano l'idratazione e non rispettano il pH delle parti intime e che possono, quindi, portare ad una progressiva sensazione di secchezza. Anche **stati di stanchezza, di stress** o un'**alimentazione inadeguata** possono contribuire a causare questo disturbo.



# affrontare un fastidio vita di molte donne

La secchezza intima - che si presenta con sintomi specifici **quali bruciore, prurito e irritazione** - è dunque un fastidio molto frequente nella vita delle donne che spesso è affrontato con ansia e preoccupazione. In realtà, salvo in cui non sia legata ad una specifica patologia, si tratta di un fastidio comune che può essere combattuto e alleviato nella pratica quotidiana. In presenza di secchezza intima è quindi di fondamentale importanza, per prima cosa, adottare specifiche **abitudini di igiene intima** mediante l'utilizzo di **detergenti ad azione idratante ed emolliente, quindi appositamente studiati per ridurre tale disturbo.**

**Chilly**, lo specialista dell'igiene intima che risponde alle diverse esigenze di igiene intima delle donne con prodotti specifici, ha pensato ad un detergente intimo **per donare sollievo dai fastidi dovuti alla secchezza intima: Chilly Speciale Secchezza.**

**Chilly Speciale Secchezza** è il detergente intimo specifico per **donare morbidezza e nutrimento alle parti intime** nei momenti più sensibili della vita di una donna perché svolge un'efficace **azione dermo emolliente per le parti intime.**

La sua formula è arricchita con **estratto naturale di**



**olivo per restituire idratazione alle mucose** e aiutare a combattere la secchezza intima.

L'estratto di olivo è, infatti, un ingrediente naturale dalle proprietà protettive e nutritive in grado di contrastare il problema della secchezza ed agevolare l'idratazione delle parti intime.

L'utilizzo quotidiano di **Chilly Speciale Secchezza** associato a diversi accorgimenti - che comprendono la cura personale, un'alimentazione equilibrata e l'indossare un vestiario con tessuti naturali che agevolino la traspirazione - permetterà di alleviare il problema e di assicurare progressivamente l'idratazione e il nutrimento alle parti intime.



Test clinici condotti sotto controllo ginecologico\* dimostrano che, dopo solo 4 settimane d'uso di **Chilly Speciale Secchezza, l'idratazione delle mucose aumenta del 23%.** E' dimostrato clinicamente inoltre come Chilly Speciale Secchezza **dona un rapido sollievo nel 100% dei casi.**

Chilly Speciale Secchezza è clinicamente testato, ipoallergenico\*\*, senza sapone e a pH5.

È approvato dall'Associazione Ginecologi A.Gi.Co..

Scopri tutti i prodotti Chilly su [www.chilly.it](http://www.chilly.it)

\* Test clinico su un campione di 29 volontarie soggette a secchezza delle mucose intime

\*\* Formulato per ridurre al minimo il rischio di allergie.

# La sicurezza

*Ogni sei ore in Europa un bambino se venissero usate sempre le cinture*

di Andrea Costanzo

Il numero dei bambini che ogni anno muoiono in auto è preoccupante: si calcola che in Europa muoiano 1400 bambini (uno ogni 6 ore), mentre in Italia, secondo recenti statistiche, ogni anno quasi 7800 bambini sotto i 14 anni vengono coinvolti in incidenti stradali a bordo di autovetture. Per 46 di loro le lesioni riportate risultano letali (v. Tab. 1-1 a pag.16). A questi dati, che sono quelli "ufficiali" risultanti dai verbali di polizia,

il corretto utilizzo di un seggiolino adatto al bambino potrebbe ridurre il rischio di morte da incidente stradale



**Andrea Costanzo**, internazionalmente riconosciuto come una delle massime autorità scientifiche nel settore della Traumatologia della Strada e della Sicurezza Stradale, è Professore di Ortopedia e Traumatologia nell'Università di

Roma "La Sapienza" e Docente di Traumatologia della Strada nell'Università di Roma "La Sapienza" e nell'Università di Bologna. È stato consulente di ortopedia e traumatologia per circa trent'anni presso gli Istituti di Clinica Pediatrica e di Puericultura dell'Università di Roma "La Sapienza". È presidente della Società Ita-

# dei nostri Bambini in auto

*muore a causa di un incidente stradale. Il numero potrebbe essere ridotto di sicurezza. Ecco qualche prezioso consiglio da non trascurare.*

occorre aggiungere, per quanto riguarda i feriti, i numerosissimi casi in cui i bambini con lesioni da incidenti d'auto sono curati in Pronto Soccorso senza che vi sia un verbale di polizia sul luogo dell'incidente. Il numero sarebbe così almeno il triplo, come avviene per gli infortunati adulti.

Secondo ricerche compiute in tutto il mondo, il corretto utilizzo di un seggiolino adatto al bambino potrebbe ridurre il rischio di morte da incidente stradale del 69% sotto l'anno di età e del 47% tra uno e 4 anni. Inoltre, il 24,4 % di tutti i traumi non fatali in età pediatrica potrebbe essere prevenuto se tutti i bambini fossero correttamente allacciati.

L'impatto automobilistico è infatti la prima causa prevenibile di morte di un bambino o di un adolescente, e l'incidente stradale è la principale causa di danno cerebrale e/o midollare del bambino.

Negli incidenti stradali le forze in gioco sono enormi. In un impatto frontale a 50 km/h, un bambino di 10 kg non trattenuto dal seggiolino continua a viaggiare a 50 km/h, per cui la sua massa, alimentata dalla velocità, si trasforma in un peso di 400 kg circa: non esistono braccia in grado di trattenere questo peso eccezionale ed il bambino finirà quasi sempre fuori dal parabrezza. Ammettiamo che il bambino viaggi semplicemente in braccio a un adulto del peso di 65 chili. Se l'adulto è cinturato, in caso di urto rimane ancorato al suo posto, ma il bambino, come abbiamo visto, sfugge dalle sue braccia ed è proiettato lontano. Ma se neanche l'adulto è cinturato, anch'egli verrà proiettato in avanti ed il suo "peso", moltiplicato dalla pur bassa velocità di 50 km/h, diventerà di 2000 kg: pur riuscendo a trattenere a sé il bambino (infatti, entrambi si spostano all'interno dell'abitacolo alla stessa velocità), inevitabilmente sarà diretto contro il cruscotto o il sedile anteriore. Ma il primo che sopporterà l'urto sarà proprio il bambino, che rimarrà schiacciato da dietro dal peso di un "elefante" da 2000 kg. Le conseguenze sono facili da immaginare: il bambino farà da airbag per l'adulto!

liana di Traumatologia della Strada (Socl TraS) e della Commissione Sanità della Lega Italiana dei Diritti dell'Uomo (LIDU), membro dell'Association for the Advancement of Automotive Medicine (AAAM), del cui Board of Directors ha fatto parte, della Consulta Nazionale della Sicurezza Stradale e dei vari Comitati Ministeriali ed Interministeriali della Salute e dei Trasporti istituzionalmente preposti a specifici compiti nel campo della sicurezza stradale. Da circa venticinque anni coordina il Settore Medico per la Sicurezza Stradale dell'Automobile Club

d'Italia (ACI). Ha collaborato con alcune case automobilistiche per la progettazione di sedili ed abitacoli atti a prevenire patologie vertebrali e per la ricerca di soluzioni tecnico-ergonomiche volte a migliorare la sicurezza di guida. È autore di oltre 250 pubblicazioni scientifiche in materia di Ortopedia e Traumatologia, Ergonomia e Biomeccanica degli impatti e di una decina di monografie. Molti degli studi cui si riferiscono tali pubblicazioni sono stati oggetto di relazioni in congressi nazionali ed internazionali. Dirige i Corsi di Traumatologia della Strada promossi

dalla SoclTraS in Italia e presso le Università di Coimbra e di Barcellona. Questi corsi sono accreditati per l'attribuzione dei Crediti Formativi ECM presso i Ministeri della Salute italiano, portoghese e spagnolo. È membro dell'European Interest Group in Injury Scaling (EIGIS) e coordinatore scientifico dei Corsi di addestramento all'uso dell'Abbreviated Injury Scaling (AIS) organizzati su licenza esclusiva dell'AAAM.

ISBN 88-7020-117-1

Opportunamente quindi il Codice della Strada (art.172) stabilisce che i bambini, fino al raggiungimento della statura di 150 cm (attenzione, sono anni ormai che il riferimento all'età dei bambini è scomparso dal Codice), devono viaggiare su appositi dispositivi di ritenuta, tranne pochissime eccezioni. A partire dai 150 cm possono invece usare le normali cinture di sicurezza per adulti, indipendentemente dal loro peso e dalla loro età.

I seggiolini (che il Codice chiama "dispositivi di ritenuta per bambini") sono, come sappiamo, distinti per "gruppi di peso" (del bambino!).

Si parte dal **gruppo 0**, per bambini fino a 10 kg, che famigliarmente sono chiamati "ovetti" (ma nello stesso gruppo sono anche le "na-

vicelle", per i più piccini): in sostanza, delle culle di carrozzine, tratteneute alle due estremità e disposte sul divano posteriore; ma c'è anche un gruppo 0+, destinato ai bambini fino a 13 kg. Si prosegue con il **gruppo 1**, per bambini da 9 a 18 chili; poi c'è il **gruppo 2**, per bambini tra i 15 ed i 25 chili, ed infine il **gruppo 3**, per bambini tra i 22 ed i 36 chili.

Ogni "gruppo" ha caratteristiche specifiche, per rispondere anche ad esigenze di comodità del bambino. Per esempio, già a partire dal gruppo 0+ si trovano "seggolini" veri e propri, ma dotati di proprie "cinturine", così come quelli del gruppo 1. A partire dal gruppo 2 invece il seggiolino usa le cinture di sicurezza dell'auto per trattene- re sia il seggiolino che il bambino

che vi è seduto sopra.

Le soluzioni costruttive e di tipologia dei materiali impiegati sono lasciate alla "fantasia" dei produttori, ma tutti i "dispositivi", prima di entrare in produzione, devono essere sottoposti a test per verificare il rispetto delle "norme di omologazione".

Tuttavia - e qui cominciamo ad affrontare la prima delle problematiche sui "seggolini" - le norme di omologazione stabiliscono, in prove di "crash test" con speciali "bambolotti" seduti su di essi e fissati su una slitta che simula un veicolo che fa un incidente frontale a 50 km/h, dei "valori minimi di soglia" riguardo in particolare allo spostamento del bambino dalla posizione iniziale. Il seggiolino che, insieme ad altre prove sui materiali impiegati, supera questa "soglia minima" ottiene automaticamente l'omologazione, che è certificato da un'etichetta arancione applicata su ogni seggiolino.

In realtà il test di omologazione non è particolarmente severo e, così come tutti i detersivi, per definizione, "lavano", ma ve ne sono alcuni che "lavano meglio", allo stesso modo vi sono seggiolini che offrono prestazioni di sicurezza ben oltre la "soglia minima" stabilita dalle norme di omologazione.

### Come scoprirlo?

Fortunatamente, vi sono organismi che, sui seggiolini in commercio, svolgono test indipendenti e ben più severi. Tra questi, si segnala un gruppo di automobile club europei (tra cui l'ACI) che, sotto la leadership dell'automobile club tedesco ADAC, sottopongono i seggiolini a crash test a 64 km/h (raddoppiando il valore dell'energia cinetica in gioco) e quindi facendo subire ai seggiolini ed ai "bambolotti" una decelerazione ed uno choc ben maggiori.

Dai risultati (pubblicati in molte riviste automobilistiche, oltre che sui siti web degli automobile club partecipanti) si vede che, a velocità superiori a quella di omologazione, le prestazioni dei seggiolini si



differenziano, e non sempre le differenze sono correlate al prezzo.

**I dispositivi di ritenuta per bambini, a seconda della loro tipologia svolgono le seguenti funzioni:**

(1) Impediscono, in caso di arresto improvviso del veicolo contro un ostacolo (cioè, in caso di impatto, sia esso frontale, laterale o con ribaltamento), che il bambino sia proiettato violentemente contro le strutture interne dell'abitacolo o che venga scaraventato fuori dal veicolo attraverso i finestrini aperti o rotti; nei seggiolini si utilizzano infatti sempre cinture che, per certi tipi, sono le stesse degli adulti, mentre per altri sono specifiche ed incorporate nel seggiolino. Il bambino è quindi trattenuto da queste cinture, che devono essere tenute allacciate ed in posizione corretta per tutto il viaggio. Per questo aspetto, è importante che il seggiolino sia del tipo appropriato al peso del bambino.

(2) Dissipano l'energia posseduta dal bambino al momento dell'urto sia attraverso le generose imbottiture di cui sono dotati, sia grazie ad una ben calibrata azione dei sistemi con cui sono fissati alla carrozzeria e delle cinture di sicurezza impiegate. È pertanto importante non solo che il seggiolino sia di tipo appropriato al peso ma che sia anche montato correttamente e che le cinture seguano, sul corpo del bambino, un "percorso" adatto a trattenerlo e a distribuire l'energia dell'impatto, senza procurare danni.

(3) Infine, per mezzo di protezioni laterali all'altezza della testa, del torace e del bacino, impediscono o attutiscono l'urto di corpi eventualmente penetrati nell'abitacolo (si pensi agli urti laterali, con intrusione e profonda deformazione delle portiere). Insomma, i dispositivi di sicurezza per bambini servono per creare attorno ad essi una "zona di protezione", in modo che l'energia sviluppata in caso di urto violento venga in parte assorbita ed in parte dispersa su un'area del corpo più vasta, impedendo con-



temporaneamente movimenti di certe zone critiche della colonna vertebrale che potrebbero produrre conseguenze gravi.

Il migliore e più costoso seggiolino di questo mondo finisce col perdere molte delle sue proprietà protettive se:

- non è adeguato al peso ed alla taglia del bambino;
- il bambino non è allacciato correttamente.

A monte, naturalmente, vi è la questione della volontà stessa di utilizzarlo.

Tra quelli che viaggiano con sistemi di ritenuta, in media il 60% utilizza seggiolini inadeguati alla taglia del bambino, oppure installati male, oppure in posizioni improprie o decisamente errate.

La percentuale relativa all'uso dei dispositivi è maggiore per i viaggi più lunghi e nettamente più bassa per la mobilità a breve raggio, soprattutto in città o nel quartiere. La maggior parte dei genitori che non usa il seggiolino lo fa per ignoranza o perché pensa che esso possa provocare disagio al bambino. Usare quindi il seggiolino è fondamentale per prevenire o meglio ridurre le lesioni traumatiche del bambino, una volta che l'incidente è avvenuto.

Installato il seggiolino, messi sopra il bambino ed allacciate le cinture, non è detto che tutto sia risolto. Anzi, tutt'altro. Sono infatti assai frequenti i casi in cui il bambi-

no è seduto in posizione scorretta o le cinture sono male utilizzate.

**Le seguenti evenienze possono comportare tutte, in caso di incidente, conseguenze anche gravi:**

(1) Cintura troppo larga: il bambino non viene trattenuto.

(2) Cintura sotto il braccio o dietro la schiena: compressione dell'addome, rottura di organi endoadominali; in caso di ribaltamento, disimpegno dal seggiolino; se il bambino è di età inferiore ai 4 anni, lesioni cervicali.

(3) Cintura troppo alta (seggiolino non appropriato o assente): lesioni carotidiche, oppure disimpegno dalla cintura.

(4) Bambino seduto troppo in avanti (tratto addominale della cintura troppo largo): scivolamento al di sotto della cintura.

**I sistemi di ritenuta si dividono in quattro gruppi a seconda del peso del bambino:**

- **gruppo 0:** per bambini al di sotto dei 10 kg di peso;
- **gruppo 0+:** per bambini al di sotto dei 13 kg di peso;
- **gruppo 1:** per bambini con un peso compreso tra i 9 e i 18 kg;
- **gruppo 2:** per bambini con un peso tra i 15 e i 25 kg;
- **gruppo 3:** per bambini con un peso compreso tra i 22 e i 36 kg.

All'atto dell'acquisto, si raccomanda di verificare che il dispositivo sia adeguato al peso ed alla corpo-

**Usare il seggiolino è fondamentale per prevenire o meglio ridurre le lesioni traumatiche del bambino**

ratura del bambino: se il seggiolino è troppo "largo", le cinture di cui è dotato potrebbero non svolgere bene la loro funzione di contenimento. I dispositivi di gruppo 0 possono essere costituiti, oltre che da seggiolini (denominati "ovetti"), anche da "navicelle", ovvero culle protette con cinghie proprie.

Per i seggiolini per auto del Gruppo 0, del Gruppo 0+ e del Gruppo 1 montati sul sedile posteriore munito di cinture di sicurezza a 3 punti, il sedile centrale è quello più sicuro e protetto dell'abitacolo del veicolo. Il sedile posteriore e il posizionamento del seggiolino per auto montato in senso opposto a quello di marcia garantiscono il maggior numero di probabilità di salvataggio del bambino. In caso di incidente, il bimbo è protetto dallo schienale dei sedili anteriori, la testa non è soggetta a movimenti troppo violenti e l'addome non si comprime a causa delle cinture di sicurezza del seggiolino per auto. Seggiolino montato in direzione opposta al senso di marcia. Alcuni modelli di seggiolini per auto sono denominati seggiolini per auto a doppia omologazione: quello omologato per il gruppo 0+/1, ad esempio, ospita bambini fino a

18 kg (4anni circa) e ha cinture di ritenuta regolabili per adattarsi alla conformazione fisica del bambino che varia a seconda dell'età. Il seggiolino per auto del Gruppo 2 e del Gruppo 3 può consistere in un seggiolino per auto vero e proprio con schienale e in genere poggiatesta regolabile in altezza o in un sedile di rialzo a tavoletta posteriore (booster o adattatore) che funge da cuscino per legare il bambino con le cinture di sicurezza dell'auto. Fino ai 7/8 anni di età del bambino, i rialzi per auto (o adattatori per auto) sono sconsigliabili poiché non controllano i movimenti della testa del bimbo (durante il sonno la testa si inclina in avanti e di lato). I seggiolini per auto trivalenti sono seggiolini per auto omologati per i Gruppi 1, 2 e 3. Sono fundamentalmente dei rialzi con protezioni laterali e schienale (lo schienale reclinabile, in particolare, è utilizzabile solo se anche lo schienale del veicolo lo è). A volte comprendono anche il poggiatesta. Data la loro struttura, in realtà sono preferibili soltanto per bambini dai 3anni in su.

## IL SISTEMA ISOFIX

**Isofix** è il sistema più innovativo e sicuro per agganciare un seggiolino in auto. Con Isofix, il seggiolino non si fissa semplicemente al sedile, ma diventa parte integrante della scocca dell'auto.

La normativa che regola la produzione delle automobili ha stabilito che a partire da Febbraio 2006 tutte le vetture di nuova omologazione devono prevedere gli speciali agganci con i quali installare i seggiolini Isofix.

### VANTAGGI DEL SISTEMA ISOFIX

#### **Sicurezza ottimale.**

Grazie al sistema di ancoraggio, Isofix costituisce la tipologia di ritenuta per bambini più sicuro perché consiste in un fissaggio rigido tra seggiolino e telaio della vettura garantendo il massimo livello di trattenuta e protezione in caso d'incidente.

#### **Massima praticità.**

Il seggiolino dotato di sistema Isofix, si fissa direttamente alla scocca della vettura in modo semplice, veloce e senza dover utilizzare le cinture dell'auto. Si riducono così al minimo i pericolosi rischi d'installazione non corretta l'idoneità al trasporto del bambino.



### L'etichetta riporta i seguenti contenuti:

- A) La scritta Universal vuol dire che il seggiolino è omologato per tutte le auto;
- B) Peso autorizzato del bambino;
- C) Marchio di omologazione;
- D) Il numero è riferito al paese di omologazione (1 Germania, 2 Francia, 3 Italia, 4 Paesi Bassi, 5 Svezia, 6 UK);
- E) Numero di omologazione;
- F) Numero progressivo di produzione.

**Tab. 1-1.** Statistica ISTAT-ACI relativa ai bambini (fino a 13 anni di età) traumatizzati in incidenti stradali nell'anno 2005.

| Classi di età   | MORTI  |         |        | FERITI |         |        |
|-----------------|--------|---------|--------|--------|---------|--------|
|                 | maschi | femmine | totale | maschi | femmine | totale |
| fino a 5anni    | 13     | 13      | 26     | 1430   | 1187    | 2617   |
| da 6 a 9 anni   | 7      | 10      | 17     | 1090   | 1050    | 2140   |
| da 10 a 13 anni | 13     | 10      | 23     | 1253   | 1264    | 2517   |
| fino a 5anni    | 33     | 33      | 66     | 3773   | 3501    | 7274   |



# 50 anni fa nasceva

# la cintura sicurezza

*Dal 1959 la cintura a tre punti costituisce un importante equipaggiamento di sicurezza per chi viaggia in automobile*



**Nils Bohlin**  
ingegnere di Volvo

La cintura di sicurezza allacciata in tre punti è apparsa per la prima volta il 13 agosto del 1959 a bordo di una Volvo PV544 da consegnare ad un rivenditore svedese. Non c'è da meravigliarsi se l'invenzione della Volvo si trova oggi ormai in tutte le automobili al mondo. Chi indossa la cintura, riduce oltre il 50% il rischio di un ferimento mortale oppure grave. Ciò che conta è il fatto che la cintura di sicurezza a tre punti fissi il passeggero sul sedile, che si tratti di quello anteriore o posteriore. Nel caso di collisioni frontali, la cintura evita che gli occupanti siano scaraventati fuori dalla vettura in caso di capovolgimento. Nel corso dei successivi 50 anni l'invenzione dell'ingegnere di Volvo **Nils Bohlin** ha salvato oltre un milione di vite umane. Fino ad oggi, la cintura di sicurezza a tre punti è il più importante dispositivo di sicurezza negli oltre 120 anni di storia dell'automobile.

## Gli sviluppi di sicurezza più importanti della Volvo.

- 1944 Gabbia di sicurezza per abitacolo
- 1959 Cintura di sicurezza a tre punti sedili anteriori
- 1968 Poggiatesta sedili anteriori
- 1972 Seggiolino per bambini rivolto all'indietro
- 1972 Bloccaggio porte posteriori
- 1984 ABS (sistema antibloccaggio)
- 1987 Airbag lato conducente
- 1991 SIPS - Side Impact Protection System
- 1992 Airbag passeggero
- 1994 Airbag laterali
- 1997 ROPS - Roll-Over Protection System
- 1998 SIPS - airbag testa/spalle
- 1998 WHIPS - Whiplash Protection System
- 1998 DSTC - Dynamic Stability and Traction Control
- 2000 ISOFIX - (sistema di fissaggio seggiolini per bambini)
- 2003 IDIS - Intelligent Driver Information System
- 2004 BLIS - Blind Spot Information System
- 2006 CWBS - Collision Warning and Break Support
- 2006 ACC - Adaptive Cruise Control (regolazione della velocità)
- 2007 VOC - Volvo On Call (comunicazione automatica infortuni)
- 2007 HDC - Hill Descent Control (discesa assistita)
- 2007 Cuscino per cintura bambini a due fasi integrato
- 2008 DAC - Driver Alert Control (sistema di assistenza conducente)
- 2008 LDW - Lane Departure Warning
- 2008 City Safety (sistema automatico anticollisione per il traffico cittadino)
- 2010 Pedestrian Safety (protezione collisioni pedoni)

Scegli

Tu ○ ○

○ ○ ○ ○

○ ● ○ ○

Sai tutto sulla contraccezione?  
Scopri lo su **ScegliTu.it**

Il primo sito che ti dice tutto, ma proprio tutto  
su contraccezione, sessualità e salute.

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



Per maggiori informazioni chiama  
il Numero Verde sulla Contraccezione



Numero Verde Contraccezione

**800.555.323**

Attivo tutti i giorni feriali, dalle 14 alle 17

**ScegliTu** è il programma di informazione  
sulla contraccezione promosso dalla



**SIGO**

SOCIETÀ ITALIANA  
DI GINECOLOGIA E OSTETRICIA



Bayer HealthCare  
Bayer Schering Pharma



# Crescere in armonia con la rima e la poesia

*Fin dall'infanzia è importante dare spazio all'esperienza poetica, perchè favorisce lo sviluppo del linguaggio*

di Maria Rosa Madera\*

**G**li educatori che lavorano nelle Scuole Materne di sovente intrattengono i bambini leggendo loro **filastrocche e poesie** perché ben sanno che ascoltare o inventare un testo poetico è utile sia allo sviluppo del linguaggio, sia alla strutturazione dei processi mentali.

Cercare la parola in rima impegna infatti la memoria, l'attenzione, il pensiero e favorisce il processo immaginativo e creativo. Le occasioni per inventare poesie e filastrocche coincidono generalmente con le ricorrenze legate agli affetti familiari. Le feste della mamma, del papà, dei nonni possono ispirare ai bambini componimenti originali o stimolare i genitori, soprattutto nei momenti di relax, a leggere i versi che alcuni poeti hanno scritto per i loro piccoli.

**Umberto Saba** è uno di questi e la sua **poesia "Favoletta"**, dedicata alla sua bambina, ancora oggi mantiene una freschezza che la rende fruibile e comprensibile anche ai bambini moderni.

Dice la poesia di Saba: Tu sei la nuvoletta, io sono il vento;/ti porto ove a me piace;/qua e là ti porto per il firmamento,/e non ti do mai pace./Vanno a sera a dormire dietro i monti le nuvolette stanche./Tu nel tuo letticciolo i sonni hai pronti/sotto le coltri bianche.

Per quanto riguarda **le filastrocche** si gioca invece soprattutto "a caccia di rime", considerato che più sono strampalate, più sono divertenti.

Semplici o ermetiche, "stretta la foglia, larga la via, dite la vostra che io dico la mia", oppure "ambarabà cicci coccò, tre civette sul comò," le filastrocche hanno spesso la funzione di intrattenere divertendo oppure di guidare i giochi di gruppo come nella conta, "un, due, tre, che t'amurè, che te propinqua lusinghè."

Non mancano però filastrocche educative come quelle di Gianni Rodari o di Roberto Piumini dove spesso la rima invita anche a soffermarsi sul significato del testo come in "**Autunno**" di **G. Rodari** dove si dice: "L'estate se ne è andata/la nebbia si è già alzata/Addio sole, sabbia, mare /e bei monti da scalare!"

Diamo allora spazio, fin dall'infanzia, all'esperienza poetica in tutte le sue forme e abituiamo i nostri bambini a giocare anche con le parole e a scoprirne il diverso piacevole utilizzo.



## AUTUNNO

di Gianni Rodari

Il fieno è falciato  
il cacciatore ha sparato,  
l'autunno è inaugurato:  
Il grillo si è murato  
nella tomba in mezzo al prato.

Colori d'autunno

Autunno, autunno mio,  
all'estate diamo addio!  
Rosse come il sangue  
son le ultime foglie  
e gialle come il sole.  
Splendono nei giardini  
dalie e crisantemi:  
colori vivi e lieti  
per darci il tuo saluto.  
Anche nei prati ti vediamo arrivare,  
con scintille di luci chiare.

Frutti autunnali

In autunno maturan  
molti frutti. In pianura  
vedi di riso spighe dorate,  
nei boschi di montagna  
lucidi gusci di castagna.  
Anche uva, mele e pere  
vengon presto raccolte.  
Nelle chiome di verde folte,  
ridono cachi grandi e gialli.  
Tra pochi giorni ormai  
gli alberi non avran più doni:  
come la natura tutta,  
prenderanno meritato riposo.

Addio estate

L'estate se ne è andata,  
la nebbia già si è alzata.  
Addio sole, sabbia, mare  
e bei monti da scalare!  
In città siamo tornati  
alla scuola preparati.

\*Psicologa Psicoterapeuta

# La disfagia infantile

Se ne parla poco ed è spesso sottovalutata anche dagli stessi medici.  
Ecco come conoscerla meglio

di Lucio Annibaldi\*

## Di cosa parliamo?

Di una patologia, scarsamente considerata anche dagli stessi medici, per lo più poco conosciuta nella sua gravità in età pediatrica, ma che può influenzare negativamente le tappe dell'evoluzione psicomotoria.

Infatti manca una terapia eziologica in grado di guarire la patologia di base, predominano in alcuni casi problematiche medico-chirurgiche, in altri problematiche NPI, in altri ancora sono presenti entrambe ed infine ci possiamo trovare di fronte a sindromi genetiche con o senza anomalie cromosomiche, patologie del SNC, PCI, danni cerebrali perinatali o elevata prematurità con patologie associate.

La disabilità consiste in un deficit deglutitorio e/o masticatorio da incoordinazione, che dipende da un'alterazione delle vie sensoriali e/o da un deficit della integrazione centrale e/o da un danno delle vie efferenti che determina una impossibilità od una difficoltà a succhiare, masticare e deglutire.

Essa è caratterizzata da una

disfunzione nelle sequenze della fase orale (nel lattante riflessa, nel bambino automatica-volontaria); di quella faringea (automatica) e di quella esofagea (riflessa). Ne deriva incoordinazione motoria oro-faringea per disordini funzionali di svariati elementi del complesso oro-facciale e faringeo.

L'influenza negativa di tali sindromi sulle abilità orali, masticatorie e deglutitorie è ancor meno conosciuta dalla gente comune, cioè dai non addetti ai lavori (genitori, baby sitter e familiari caregivers).

Stante la complessità delle problematiche ad essa connesse, **è necessaria per questi bambini un'assistenza polidisciplinare ed una conoscenza più approfondita del problema**, attraverso mass media dallo spessore scientifico e dalla larga diffusione come questa rivista.

Purtroppo, a parte alcuni studiosi in Italia come gli otoiatri Schindler, padre e figlio, Ruoppolo e Tufarelli, membri fondatori del GSIDI (Gruppo di studio italiano per la disfagia infantile), pochi colleghi si occupano

di tale patologia trattata in pochissimi centri di riabilitazione con personale specializzato in quanto si tratta di patologie croniche complesse, spesso "rare" e di difficile diagnosi. Da qui liste di attesa lunghissime e la ricerca affannosa di centri specializzati, ma per fortuna abbiamo le preziose attività svolte dalle associazioni no profit tradizionalmente impegnate anche su questo fronte.

La disfagia può essere di **lieve, media e severa gravità**, e ad essa sono attribuiti, in particolare, 7 livelli di trattamento in base al tipo di alimentazione ed al momento della presa in carico. Il livello "1" riguarda problematiche più complesse (bambini con cannula tracheale o PEG, piccolo bottone inserito chirurgicamente nello stomaco per consentire l'alimentazione enterale), il "7" problemi più modesti.

Le patologie associate sono rappresentate da problemi respiratori cronici gravi con frequenti broncopolmoniti ab ingestis, crisi di apnea e cianosi con frequenti desaturazioni;



MRGE, intolleranze alimentari (IPLV), ritardo psicomotorio, scarsa crescita pondero-staturale (quasi sempre inferiore al 3° percentile). Un terzo dei casi è portatore di cannula tracheale ed un altro terzo deve ricorrere alla PEG. Dunque si tratta del recupero di bambini con patologie genetiche o malformative rare e/o con esiti da TIN, per i quali non vi sono terapie specifiche né possibilità di guarigione dalla grave patologia di base.

## Quali sono le cause?

Vediamo ora quali sono le più frequenti cause:

A) **problemi digestivi** da deficit dello sfintere esofageo inferiore con Malattia da reflusso gastroesofageo, spesso complicata da esofagite (presente nel 67% dei bambini), atresia dell'esofago con interventi ricostruttivi, alterata peristalsi esofagea, ernia jatale, intolleranze alimentari, farmaci somministrati alla nascita;

B) **problemi respiratori**: 1) acuti con laringiti allergiche, epiglottiti, spasmi della glottide, flogosi faringolaringee, broncopolmoniti ab ingestis; 2) cronici: con apnee ricorrenti, apnee notturne, asma bronchiale, BDP, tracheomalacia;

C) **patologie neurologiche** del complesso oro-facciale e disabilità su base genetica e cromosomica con dimorfismi facciali ed oligofrenia (tipici del Down);

D) **danni neurologici** in bambini con esiti da Terapia intensiva neonatale, con sindromi iposico-ischemiche e post-asfittiche, emorragie cerebrali, PCI, epilessie, tumori cerebrali, ipertensione endocranica;

E) **altre patologie** come idronefrosi, insufficienza renale cronica, malattie metaboliche, patologie malformative congenite come labio-palatoschisi o danni iatrogeni (terapie farmacologiche);

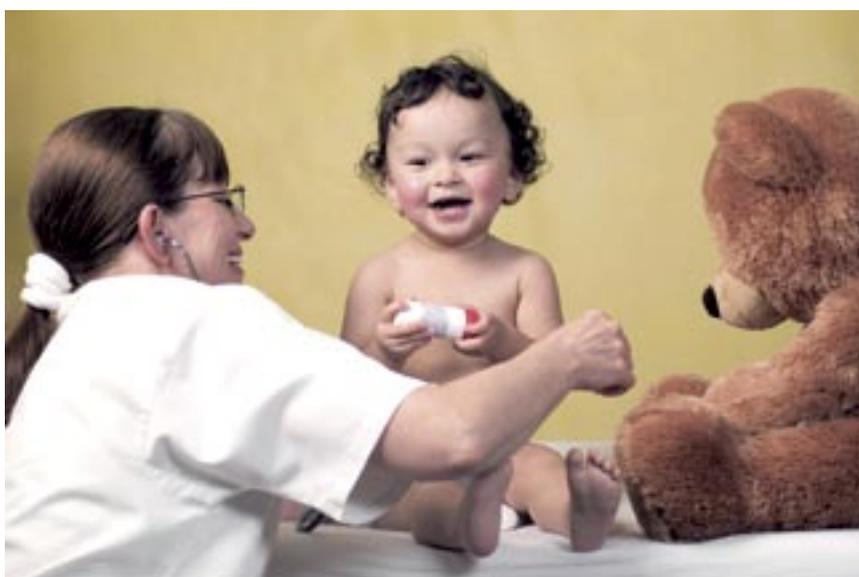
F) **disfagia "da non uso"**, importante da ricordare perchè si tratta di bambini che per ricoveri prolungati a causa di patologie gravi, sono stati



alimentati alternativamente e mai per via orale.

A questo punto devo segnalare il ruolo del pediatra nell'assistenza al bambino ed ai suoi familiari durante le sedute di DH riabilitativo, articolate in cicli di trattamento riabilitativo intensivo (giornaliero) o di mantenimento in base al progetto riabilitativo individuale redatto all'ingresso con la condivisione dei genitori. Integra come consulente, un team polispecialistico valutativo e riabilitativo delle disabilità deglutorie infantili di vario grado (dalla difficoltà a gestire cibi in bolo solido a quella più grave, con necessità di una alimentazione alternativa) spesso associate a deficit cognitivi, verbali e comunicativi.

Egli, con le sue specifiche conoscenze auxologiche, nutrizionali e cliniche, integra l'equipe composta da specialisti ed operatori originati dalla disciplina ORL, valuta lo sviluppo psicofisico e lo stato nutrizionale del bambino, l'evolversi della disabilità e delle patologie associate, fornisce ai genitori sostegno, schemi dietetici e consigli terapeutici durante patologie intercorrenti, previene o tratta eventuali urgenze/emergenze (apnea, cianosi, desaturazioni, etc.); assiste i pazienti portatori di tracheotomia con cannula e/o di PEG (gastrostomia con impianto di una sonda percutanea e bottone, per via endoscopica) in collaborazione con l'ORL, collabora con Centri di riferimento, PDF ed operatori domiciliari, effettua monitoraggio dei progressi e valuta i risultati in collaborazione con il team; infine partecipa ai programmi di formazione per operatori socio-sanitari, genitori e caregivers.





## Quali sono gli obiettivi?

Gli obiettivi di un "servizio per la disfagia Infantile" sono così sintetizzabili:

- **integrare** le strutture socio-sanitarie d'eccellenza, ospedaliere, universitarie e le IRCCS, con il centro specializzato, in un sistema di rete: patient manager di riferimento, specialisti ed operatori del centro di riabilitazione ("patient manager periferici"), pediatri di famiglia, genitori e care givers;
- **definire** i programmi assistenziali mediante negoziazione e condivisione delle scelte con i familiari e con i servizi ospedalieri, universitari e territoriali;
- **ridurre** accessi e ricoveri ripetuti in ospedale.
- **assicurare** l'assistenza riabilitativa previa valutazione multidisciplinare della disabilità;
- **migliorare** l'alimentazione e quindi lo stato di salute e la qualità di vita del bambino anche mediante un adeguato sostegno ai genitori;
- **porre** le basi per una vita del bambino, il più autonoma possibile, rispetto all'alimentazione;
- **offrire** opportunità di "formazione" per operatori socio-sanitari e genitori/assistenti domiciliari.

Il modello operativo prevede la presenza di un'equipe medica polidisciplinare con logopedisti, fisioterapisti e terapeuti della psicomotricità. **Tre fasi sono previste:** la 1° prevede la **valutazione globale** all'ingresso e gli esami diagnostici strumentali come la fibroscopia endoscopica transnasale, effettuazione di test di deglutizione con alimenti di varia consistenza, tracciati con blu di metilene e videofluoroscopia: esame dinamico della deglutizione registrato con apparato digitale, con alimenti intrisi di bario, che permette una valutazione dinamica dell'atto deglutitorio nelle varie fasi, in grado inoltre acquisire preziose indicazioni ai fini riabilitativi. La 2° (**riabilitazione**) prevede: a) terapia logopedica (oral motor training, stimolazione sensoriale

oro-facciale, terapia regolatoria oro-facciale, terapia miofunzionale, addestramento al pasto, svezzamento da alimentazione per sonda o PEG e/o da cannula tracheale, counselling prescrittivo al genitore per la gestione del bambino); b) terapia neuro e psicomotoria con esposizione alle esperienze sensoriali necessarie per sviluppare un corretto atteggiamento psicomotorio durante il mealtime, lavoro sui fasci muscolari con tono anomalo che ostacolano la funzione deglutitoria, lavoro sulla forza, sul tono e sulla resistenza della muscolatura del tronco e del cingolo scapolare per una corretta postura in allineamento, del capo, del tronco e del bacino durante l'alimentazione, scelta e adozione di posture idonee ad una corretta alimentazione, scelta dei sistemi di postura idonei. La 3° (**completamento ciclo**) prevede la valutazione finale logopedica (con somministrazione del pasto e nuova classificazione del livello disfagico raggiunto), FKT neuromotoria e psicomotoria/occupazionale.

Si precisa che il trattamento riabilitativo è di esclusiva competenza dei **logopedisti** che gestiscono in prima persona i casi, provvedendo a dare indicazioni, consigli agli altri operatori, ai genitori, ai parenti ed ai care givers.

Il messaggio che desidero lasciare è di inviare i bambini con disturbi oro-motori precocemente ad un centro specializzato perché il trattamento polidisciplinare, individualizzato, deve essere iniziato tempestivamente, a partire dalla valutazione del grado e della tipologia di disfagia, eventualmente integrato con sedute domiciliari logopediche e fisioterapiche.

\*consulente Ist. San Raffaele,  
Servizio riabilitativo per la disfagia infantile

# ABU DHABI

## il futuro è qui

RUBRICHE

Situato sulla costa nord-orientale della penisola arabica, con 75mila km quadrati, Abu Dhabi è il più grande dei sette Emirati Arabi Uniti e occupa all'incirca l'86 per cento della superficie totale degli EAU.

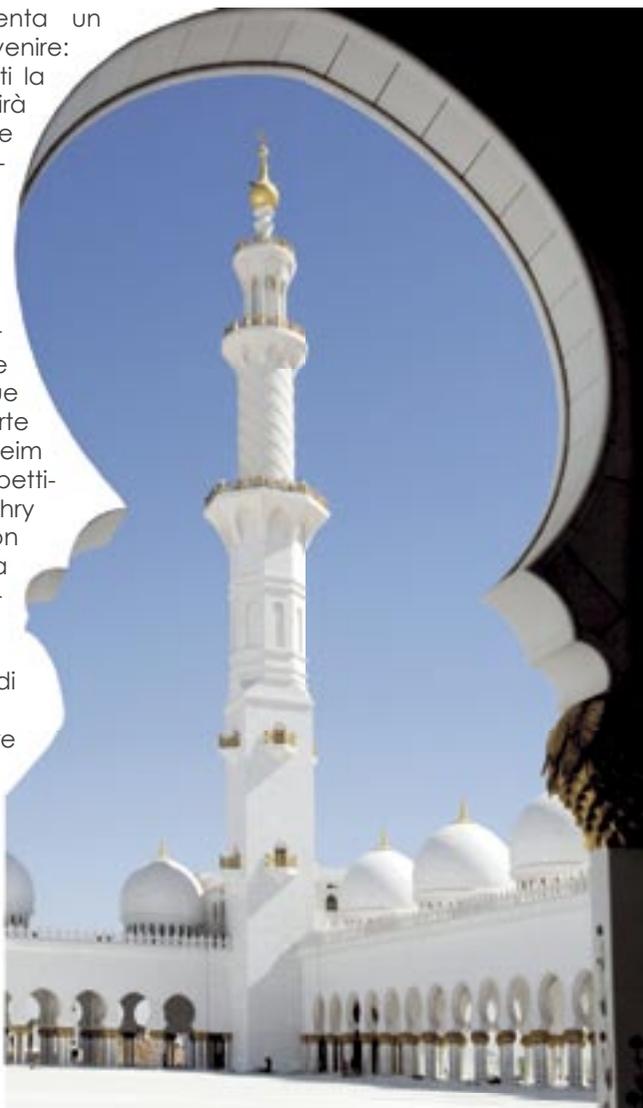
Abu Dhabi rappresenta il perfetto compromesso per una vacanza dai sapori lontani e al contempo una meta facilmente raggiungibile a circa sei ore di volo dall'Italia e a sole tre ore di fuso orario. La principale porta di accesso dell'Emirato è l'Abu Dhabi International Airport, quartier generale della compagnia di bandiera, Etihad Airways ([www.etihadairways.com](http://www.etihadairways.com)), la quale effettua 5 voli settimanali diretti da Milano Malpensa al Terminal 3, il nuovissimo terminal inaugurato ad aprile 2009 che è all'avanguardia e secondo a nessuno per servizi e sicurezza.

Abu Dhabi è una destinazione a 360°. I mesi migliori per visitare l'Emirato sono tra ottobre e aprile, quando le temperature più alte si aggirano intorno ai 24-28 gradi e le notti sono fresche. Abu Dhabi offre scenari da sogno con il suo mare e le spiagge bianche, ma anche con spettacolari dune del deserto. Ci si può tuffare negli sport acquatici o nello shopping, senza però lasciarsi sfuggire il suo ricco patrimonio culturale, con la grande Moschea Sheikh Zayed bin Sultan Al Nahyan, il Maqtaa Al Forte, Qasr Al Hosn Palace e la città-oasi di Al Ain.

Abu Dhabi rappresenta un viaggio in continuo divenire: nei prossimi anni infatti la destinazione si arricchirà di nuove infrastrutture che valorizzeranno ancor di più l'Emirato sia da un punto di vista culturale che naturalistico.

Degna di nota è l'apertura di Saadiyat Island, il distretto che ospiterà la sede di due pietre miliari dell'arte mondiale: il Guggenheim e il Louvre, opera rispettivamente di Frank Gehry e Jean Nouvel. Da non perdere una visita a Desert Island, un paradiso immerso nel Golfo Arabico che è sede dell'eco-riserva reale di Sir Bani Yas.

Ma Abu Dhabi offre molto altro ancora: da Yas Island, regno dell'entertainment che è casa del nuovissimo circuito di F1 e del primo parco tematico Ferrari, il Ferrari World Park, a Qasr Al Sarab, un lussuoso resort nel deserto di Liwa, meta imperdibile per il relax più assoluto.



# Arrivano...

*Con l'inizio dell'anno scolastico i pidocchi fanno la loro comparsa. Ecco come difendere i nostri bambini*

di Lucio Annibaldi\*

In questa sede ci limitiamo a parlare di una delle tre specie in grado di infestare l'uomo: il *pediculus humanus capitis*, pidocchio che si localizza molto frequentemente sul cuoio capelluto del bambino. Il fenomeno dell'infestazione da pidocchi della testa nei bambini è talmente diffuso da manifestarsi puntualmente all'inizio di ogni anno scolastico, destando preoccupazione nei genitori ed innervosendo i malcapitati bambini, su cui questi animaletti "sanguinari per necessità" si accaniscono. Dobbiamo anche tenere presente la possibilità che l'infestazione da un bambino affetto da pediculosi possa estendersi agli altri componenti familiari. Si tratta di una molesta presenza ubiquitaria che non deve essere ascritta né alle condizioni socio-econo-

..è talmente diffuso da manifestarsi puntualmente all'inizio di ogni anno scolastico..

miche e neppure alla lunghezza dei capelli o agli scarsi lavaggi. Dobbiamo però usare il termine "gestione" e non "prevenzione della infestazione" perché, è davvero impossibile prevenire nei bambini con efficacia totale le infestazioni da pidocchio della testa; è perciò più giusto parlare di corretti comportamenti, di controlli, di coinvolgimento di famiglia, insegnanti ed educatori. Stiamo infatti parlando di una parassitosi facilmente diffusibile tra i bambini per le peculiari modalità di comportamento dei soggetti in età pediatrica con frequenti contatti fisici diretti e scambi di affettuosità con i fratellini, gli amici ed i compagni di scuola. Inoltre vi è la frequente abitudine, nell'infanzia, di scambiarsi oggetti personali come cappelli, vesti-



Lucio Annibaldi  
Direttore del Dipartimento  
materno infantile, ASL/FR

ti, cuscini, spazzole e qualunque altro oggetto che entri in contatto con la testa. E' perciò indispensabile educare il proprio figlio ad evitare o almeno a correggere tali comportamenti. L'unica misura efficace è quella dell'identificazione precoce dei casi mediante il controllo settimanale della testa da parte dei genitori che rivestono quindi un ruolo fondamentale nel prevenire, identificare e trattare la pediculosi. Non va poi sottovalutato il ruolo della Scuola, indispensabile ed insostituibile per organizzare le attività di informazione e formazione sia nei confronti degli insegnanti che delle famiglie. Ho citato l'importanza degli insegnanti, ma non deve essere tralasciata la figura del **dirigente scolastico**, chiamato ad invitare i genitori interessati ad attuare le misure richieste per la riammissione a scuola ed, in caso di recidiva, ad esigere un certificato del pediatra di famiglia che attesti l'avve-

nuto trattamento e l'assenza di malattie infettive e/o parassitarie. Lo stesso dirigente è tenuto, ove necessario, ad informare le autorità sanitarie ed il Dipartimento di igiene e profilassi dell'ASL competente per territorio, nel rispetto della normativa sulla privacy.

Sto cercando di dimostrare come sia ardua l'impresa di prevenire il fenomeno, per cui si deve far tutto il possibile per arginare il diffondersi del contagio, legato alla infestazione di artropodi ematofagi, che si nutrono del sangue del proprio ospite, punto ripetutamente durante il giorno.

E' vincente soltanto un'azione sinergica di



contenimento da parte delle autorità politiche e sanitarie nazionali, regionali, provinciali e comunali, della scuola e delle famiglie, in stretta collaborazione, perché una soluzione radicale non c'è.

Si deve sapere che il pidocchio del capo **si trasmette per contatto diretto** o tramite pettini e spazzole, cuscini e nelle scuole anche attraverso i cappotti ed i giacconi accatastati sugli attaccapanni comuni, gli uni sugli altri.

L'incubazione va dalla deposizione delle uova (dette lendini) fino a quando le larve non si schiudano (circa 7-14 giorni). Quando si è colpiti, compare intenso prurito, che si manifesta solo dopo l'instaurarsi delle lesioni cutanee da grattamento, spesso infette, a causa delle numerose, ripetute punture, accompagnate da ingrossamento delle linfoghiandole laterocervicali o retroauricolari, definite satelliti. Da ricordare che nei bambini possono essere anche colpite le ciglia e le sopracciglia con conseguenti blefariti.

Quando si ha il sospetto, si deve procedere alla ricerca delle lendini sui capelli e sul cuoio capelluto mediante una banale lente di ingrandimento. A tal proposito si sappia che le lendini o uova visibili



a circa 1 cm dal cuoio capelluto sono certamente vuote, cioè senza l'ospite indesiderato perché già uscito o ucciso dal trattamento! Le misure igieniche prevedono inoltre il lavaggio a caldo della biancheria personale (a 60°C) in lavatrice o a secco e stiratura a vapore; in alternativa è altrettanto efficace conservare tale materiale in sacchi di plastica per almeno 10 giorni (il pidocchio muore dopo avere lasciato l'ospite entro 24/48 ore).

I pettini e le spazzole vanno immersi in acqua calda dai 10 minuti in su.

Di grande utilità sono gli **opuscoli informativi** forniti di solito dalle stesse scuole e le

campagne promozionali divulgative "apposite" per indurre comportamenti prudenti e virtuosi, tenute con l'aiuto dei pediatri, medici del servizio materno infantile ed igienisti delle AASLL.

Le misure adottate dai servizi di sanità pubblica, finalizzate a frenare la diffusione di tali parassiti, ovviamente prevedono l'applicazione delle norme legislative (tra cui il D.M. 15.12.1990 "Sistema informativo delle malattie infettive e diffusive"), che prescrivono interventi di sorveglianza epidemiologica delle patologie infettive contagiose mediante direttive emanate a livello regionale, compresa la notifica dei casi che si verificano nelle comunità, l'informazione e l'educazione sanitaria della popolazione in tema



**La sanità deve poter contare sull'aiuto e la costanza dei genitori, che devono essere formati a vigilare costantemente sulle condizioni di salute dei bambini.**

di prevenzione (cui sono chiamati anche medici curanti e farmacisti, figure professionali solitamente consultate per prime dai genitori).

Per completezza, si deve ricordare che le direttive pubblicate sui bollettini regionali o, in alternativa, le linee guida emanate dalle singole AASSLL costituiscono documenti di riferimento ai quali ci si deve attenere.

Il trattamento vero e proprio prevede invece l'applicazione locale di gel, creme liquide di antiparassitari a base di permetrina 1%, malathion 0,5% o piretrine di origine vegetale + piperonilbutossido, queste ultime sotto forma di mousse o schiuma. L'applicazione di tali sostanze deve accompagnarsi alla rimozione mediante un pettine con denti molto fitti delle lendini (tutte, sia quelle attive sia quelle vuote, cioè schiuse, e perciò senza pidocchio, che già si è rintanato tra i capelli), dopo avere applicato sui capelli "possibilmente rasati" una miscela di acqua e aceto caldi (in pari percentuale al 50%). Il trattamento va ripetuto dopo circa 7 giorni e va esteso, ovviamente sia in prima che in seconda applicazione, a tutti i familiari conviventi, anche se asintomatici.

#### Un'ultima segnalazione.

Teniamo presente che il trattamento può anche fallire per due semplici motivi: per uso incompleto o improprio del prodotto farmaceutico, a causa della dimenticanza di ripetere l'applicazione o per l'applicazione di dosi insufficienti oppure, ma ciò è stato riscontrato davvero raramente, a causa della resistenza individuale soprattutto verso la permetrina o le piretrine.

Sulla base di queste brevi argomentazioni negli operatori sanitari e negli insegnanti si è andata radicando la convinzione che, senza l'aiuto, l'impegno attento e l'attiva partecipazione dei genitori, non si è assolutamente in grado di contenere o sconfiggere tale banale (se individuata in tempo) ma noiosa patologia, con il rischio di doverla fronteggiare, anche in termini di diffusione, per tutta la durata dell'anno scolastico.

La conclusione è di per sè scontata. Ma va ribadita: la sanità, ai fini della tutela della salute dell'infanzia, deve poter contare sulla insostituibile collaborazione della famiglia. I genitori, sulla scorta delle indicazioni delle autorità sanitarie e degli insegnanti, devono essere formati a vigilare costantemente sulle condizioni di salute dei propri componenti, soprattutto di coloro che sono giustamente definiti soggetti deboli, cioè i bambini, anche perché, talvolta, sono pro-

prio questi ultimi gli inconsapevoli portatori di malattie come questa, trasmissibili agli adulti.

\*Direttore del Dipartimento materno infantile, ASL/FR

**SOLLIEVO IMMEDIATO DALLA CONGESTIONE NASALE.**

**Senza farmaci,  
senza notti in bianco, senza capricci.**



**RespiraBene® cerottini nasali Bambini.  
Il tuo bambino respira meglio e dorme meglio.**

Privi di farmaci, i cerottini nasali RespiraBene® Bambini danno immediato sollievo dalla congestione nasale, aiutando i bambini a respirare meglio e le mamme a dormire tranquille. Grazie all'azione meccanica di una banda flessibile, allargano delicatamente le narici. Disponibili in due divertenti fantasie stellate. Per maggiori informazioni [www.respirabene.it](http://www.respirabene.it)



**RespiraBene® Respira meglio, dormi meglio.**

È un dispositivo medico CE. Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso. Autorizzazione su domanda del 20/05/2009.



# COTONELLA®

## Cotonella, 24 ore su 24: l'intima abitudine al benessere.

Cotonella investe da sempre nella ricerca e nella innovazione per offrirti la più **ALTA QUALITÀ** e tutto il benessere di un intimo sicuro, che rispetta la tua pelle.

In particolare **L'ESCLUSIVO tassello antibatterico in puro cotone AB100 Cotonella**, dagli effetti antimicrobici che perdurano per 100 e più lavaggi, risponde al desiderio di protezione e sicurezza di ogni donna, adulta e bambina.

La sua presenza assicura la più profonda difesa dalla proliferazione dei batteri e la massima igiene e freschezza, per tutta la giornata.

Un'innovazione frutto di quell'amore per la qualità che con Cotonella diventa

**ECCELLENZA NELL' INTIMO DI COTONE.**

Con Cotonella la fibra più amata e diffusa al mondo, perché naturale, idrofila, igienica, di facile manutenzione e lunga durata, diventa protagonista di performance straordinarie per vestibilità, comfort e benessere.

Come dimostra la nuova ed innovativa linea, di prossima uscita, in jersey di cotone **"Finezza 36"**.

Realizzata con un filato pregiato, extrafine, traspirante e leggero come una seconda pelle, conquisterà chiunque.

Facile innamorarsene!



Cristina Chidotto

OPEN

# Anche i bambini ce l'hanno!

*Il colesterolo è presente fin dall'infanzia.  
In due casi su dieci i valori sono però oltre la norma.*

di Antonio de Palma



**I**l colesterolo è uno dei grandi accusati della nostra epoca. Fino a non molto tempo fa quasi nessuno ne conosceva la pericolosa esistenza e perciò...si campava meglio!

Al giorno d'oggi, non c'è più nessuno, dai primi anni di vita sino alla vecchiaia, che non si preoccupi del proprio colesterolo. Nelle etichette dei cibi e delle bevande è lui il primo ad essere segnalato e ci si fregia di averlo eliminato o ridotto drasticamente con mille artifici.

Visto che nel sangue di ben due bambini su dieci, secondo alcune statistiche, si riscontrano dei livelli di colesterolo superiori ai valori medi dei loro coetanei, è sicuramente giunta l'ora di fare un po' di chiarezza al riguardo, prima di divenire un'umanità terrorizzata e imbottita di farmaci sin dalla più tenera età.

In primo luogo, va detto che il colesterolo è fondamentale per varie funzioni organiche, dalla costituzione delle no-

stre membrane cellulari, alla formazione dei sali biliari e degli ormoni sessuali e come base organica per la formazione della vitamina D. Altro che nemico pubblico!

In secondo luogo, non è un grasso, bensì un alcole! Predilige tuttavia l'unione con i grassi per formare le lipoproteine.

Nelle lipoproteine troviamo grassi come i fosfolipidi e i trigliceridi, il colesterolo e le apolipoproteine, speciali proteine che rendono tutta la miscela solubile nei liquidi corporei.

Le lipoproteine di bassa densità (LDL= Low density lipoproteins) sono considerate pericolose per le nostre arterie, mentre quelle di alta densità (HDL=high density lipoproteins) sono considerate a noi favorevoli, in quanto "spazzano" il colesterolo dalle sue sedi, lo inglobano e lo trasportano al fegato che poi lo smaltisce riversandolo nell'intestino con la bile.

Va anche detto che il fegato, tramite l'enzima HMG-CoA reductasi, è il primo produttore di colesterolo cosiddetto endogeno, che vuol dire formato dall'organismo stesso per sopperire alle sue esigenze.

In effetti, con la dieta assumiamo solo una piccola parte del colesterolo necessario all'organismo. Sarebbe opportuno non superare all'incirca i 300mg di assunzione giornaliera, una quantità che è contenuta in un solo rosso d'uovo e dunque potrebbe essere facilmente oltrepassata.

Inoltre, il fegato diminuisce drasticamente la produzione endogena di colesterolo, se l'organismo ne assume in eccesso col cibo.

Da quanto detto, ne deriva che anche se assumiamo più colesterolo del necessario, l'organismo sano è del tutto in grado di autoregolare i suoi livelli ematici.

Abbiamo così acquisito gli strumenti per analizzare il quesito essenziale:



**è il colesterolo colpevole di procurare danni alle nostre arterie, se supera i famosi 200mg/dl nel sangue, considerato un po' come il valore soglia?**

La questione è piuttosto dibattuta, in quanto oggi, almeno in alcuni ambiti scientifici, si è passati dall'assoluta certezza della sua colpevolezza ad avere fondati dubbi al riguardo.

Al momento attuale, sembrerebbe che la sua importanza nel generare danni arteriosi e dunque infarti del miocardio, ictus cerebrali, aneurismi etc. si sia ridotta al ruolo di comprimario, in pratica uno dei tanti fattori predisponenti.

Altri addirittura lo assolvono totalmente da ogni responsabilità, ipotizzando che un aumento dei suoi livelli ematici possa semplicemente segnalare un eventuale danno arterioso prodottosi però per altre cause e che oltretutto tale reazione possa essere un indispensabile tentativo di riparazione a livello della membrana cellulare.

Se così stessero le cose, ci troveremo di fronte al paradosso di abbassare il livello del nostro stesso salvatore, diminuendone l'efficacia curativa.

Secondo alcuni, i veri colpevoli sarebbero da ricercare nei radicali liberi e nelle sostanze ossidanti, tutti fattori che si generano a causa dello stile di vita e dell'alimentazione innaturale che adottano i bambini, prendendo esempio dai loro genitori!

In effetti, l'eccessiva introduzione di carboidrati, soprattutto sotto

forma di prodotti confezionati come dolci, merendine, pizzette, cornetti, ma anche pane, pasta etc.,

...l'eccessiva introduzione di carboidrati... stimola la produzione d'insulina che a sua volta attiva l'enzima epatico HMG-Coa, innalzando in tal modo i livelli di colesterolo ematico.

stimola la produzione d'insulina che a sua volta attiva l'enzima epatico HMG-Coa, innalzando in tal modo i livelli di colesterolo ematico.

Inoltre, questi prodotti cosiddetti da forno contengono spesso i grassi idrogenati (segnalati in etichetta anche con la dizione meno chiara di grassi vegetali). Questi ultimi, a causa della loro struttura chimica, sono in grado di bloccare diverse funzioni cellulari e di attivare il solito enzima HMG-Coa.

Tuttavia, non è solo **la dieta** ad essere messa sotto accusa, ma anche **l'inquinamento del pianeta** che rende l'aria, l'acqua ed anche i cibi carichi di sostanze tossiche, difficilmente smaltibili dal fegato con conseguenti danni infiammatori alle membrane cellulari e necessità di produrre più colesterolo endogeno per ripararle.

A tal riguardo, i cosiddetti metalli pesanti sono da prendere in speciale considerazione.

Tra questi il mercurio, che è molto tossico, può essere rilevato in di-

scritte quantità nel pesce di grosse dimensioni, proveniente da bacini inquinati e poco drenati dalle correnti, nelle otturazioni dentali con amalgama (quelle scure), nei vaccini etc.

D'altra parte, varie malattie (vedi ipotiroidismo) e disregolazioni anche di lieve entità delle funzioni organiche possono portare ad un innalzamento del colesterolo. Ad esempio, un alterato rapporto tra lo zinco ed il rame organico.

Non ultimo, è da prendere in considerazione **lo stress** che, anche nei bambini, innalzando il cortisolo ematico, può contribuire all'ipercolesterolemia.

Potrei citare ancora lo stato di acidosi dell'organismo, l'eccesso di attività fisica, il semplice aumentare dell'età etc.

Da questo quadro appena descritto, si evince che le cause di ipercolesterolemia non sono solamente ereditarie. Anzi, queste ultime sono



rare, mentre andrebbero meglio studiate le altre possibilità appena elencate per poter ripristinare un vero stato di salute e non solo eliminare un sintomo. I farmaci anticolesterolo più usati attualmente sono le statine. A giudizio di alcuni ricercatori, esse prevengono, migliorano od eliminano la placca arteriosa più per la loro capacità antinfiammatoria che per la loro azione di blocco dell'enzima HMG-Coa. In effetti, al momento attuale, nessuno studio è in grado di dimostrare inequivocabilmente che il solo abbassamento dell'ipercolesterolemia sia in grado di modificare la condizione arteriosclerotica già esistente o che la sola ipercolesterolemia possa crearla.

Tra l'altro, va posto l'accento sul fatto che l'arteriosclerosi si può evidenziare in adulti (con infarti, ictus etc) con valori di colesterolo normale e persino in bambini, anche di un anno di età, deceduti per altre cause e che non erano ipercolesterolemici.

Per queste ultime tristi evenienze, si dovrebbe porre maggiore attenzione sui processi di produzione dei lattini in polvere per l'infanzia nei cui componenti si può rilevare del colesterolo ossidato.

E' infatti risaputo che il colesterolo LDL diventa pericoloso solo se ossidato, dunque se viene in contatto con l'ossigeno. Per l'appunto, nell'essiccare il latte si usa generalmente una corrente d'aria e non di puro azoto. Nell'aria c'è ossigeno e dunque c'è ossidazione dei grassi. Tuttavia, si continuano ad usare tali procedimenti non propriamente sicuri.

Per quanto detto, l'uso degli antiossidanti (picnogenolo, resveratrolo etc) sembra molto utile per impedire l'ossidazione dei grassi, ma tali antiossidanti si ritrovano in grande abbondanza nella frutta e nella verdura, soprattutto di coltivazione biologica. Dunque, la dieta ritorna a dimostrare la sua importanza essenziale anche a livello terapeutico.

E' interessante notare come una sostanza antiossidante come il coenzima Q10 possa essere carente in persone che assumono statine da tempo, il che comporterebbe l'instaurarsi di danni cardiaci e vasali, cioè proprio di quelle strutture che si volevano salvaguardare.

Inoltre, superati i vent'anni di utilizzo, le statine possono portare a danni organici seri che ne limitano perciò l'uso all'età adulta, se non già anziana e non certo pediatrica.

**I farmaci anticolesterolo più usati attualmente sono le statine.**

In ogni caso, se si assumono statine, sarebbe comunque necessario integrare un'alimentazione ricca di frutta e verdura con il coenzima Q10.

In conclusione, riassumo brevemente quando bisogna preoccuparsi per il colesterolo alto nei bambini e come bisogna comportarsi dal punto di vista terapeutico.

Se la colesterolemia supera i 170mg/dl nei bambini tra sei e quattordici anni è giusto andare ad indagare sulle cause di tale aumento e risolverle modificando lo stile di vita (dieta, attività fisica etc) e somministrando integratori appropriati.

Va tenuto presente, però, che un colesterolo totale alto se accompagnato da un HDL colesterolo (quello cosiddetto "buono") alto anch'esso, può non destare preoccupazione alcuna. Infatti, dividendo il valore del colesterolo totale per il valore di quello HDL, se tale valore non supera 5 per l'uomo e 4,5 per la donna, si può stare tranquilli.

Inoltre, alcuni rimedi naturali (vedi il riso rosso fermentato), possono giovare per riportare gli eventuali valori alterati di colesterolo nella norma. Tuttavia, teniamo presente che nel bambino è sempre meglio evitare la medicalizzazione di tale problema, anche se con prodotti di scarsa o nulla tossicità, trattandosi di una terapia da mantenere per tutta la vita.

In definitiva, un'alimentazione ricca di frutta e verdura, equilibrata nei grassi saturi (quelli della carne, latticini, uova, pesce), monoinsaturi (olio di oliva di prima spremitura a freddo) e polinsaturi (frutta oleosa, semi, olio di pesce) e povera di carboidrati raffinati e confezionati è la migliore prevenzione e cura. A questa va aggiunta un'attività sportiva aerobica più o meno giornaliera di circa mezz'ora, l'evitamento dello stress e degli inquinanti per quanto possibile e l'assunzione d'integratori se necessario



\*nickel tested  
senza conservanti  
senza profumo  
senza glutine

*Bionike*  
SALUTE E BELLESSERE

Le rughe  
non sono  
tutte uguali

**Neanche le  
formule**

# defence xage

Rughe d'espressione, da stress, d'età...le rughe sono causate da fattori diversi e richiedono trattamenti specifici. Le formule Defence Xage sono studiate in base all'età della pelle. I prodotti antirughe rivitalizzano la pelle di giorno e la ridensificano di notte contrastando la formazione delle rughe. I prodotti anti-età combattono l'invecchiamento cronologico da deficit ormonale: energizzano e rigenerano la pelle, distendono e rassodano i tratti del volto.

\*Anche contenuti residuali di nichel possono creare, in particolare nei soggetti predisposti, reazioni allergiche o sensibilizzazione. Quindi ogni lotto è analizzato per garantire un contenuto di nichel inferiore a 0,00001%



IN FARMACIA

# Infertilità e Sessualità

Spesso la sterilità di coppia è accompagnata da sentimenti di colpa con possibili conseguenze nella vita affettiva e in quella lavorativa



**Tatiana De Santis**  
**Psicologa – Esperta in**  
**Sessuologia Clinica**

La sterilità di una coppia è sempre un disturbo bio-psico-relazionale, che va affrontato come tale. La sterilità è una ferita che colpisce l'identità individuale, l'identità di coppia, l'identità sociale; è un lutto difficile da elaborare proprio perché non comporta una perdita "reale", ma

è il sé proiettato nel futuro che viene meno.

La sterilità di coppia è caratterizzata da sentimenti di colpa e vergogna per l'impossibilità di compiere il proprio destino biologico e pone gli individui in una dimensione di incompletezza e incompiutezza che investe tutte le aree della vita affettiva, relazionale e lavorativa. Ma può anche essere una grande prova di forza, che si concretizza nel riscegliersi come coppia, oltre il "progetto figlio".

Non c'è dubbio che la sterilità comporti un profondo riassetto della relazione di coppia, soprattutto nell'espressione della sessualità tra eroticità e procreazione.

Può accadere che si verifichi una collusione di coppia per cui il legame si annoda attorno alla frustrazione generativa. Di conseguenza tutta la sfera della sessualità viene strumentalizzata alla fecondazione. Nella relazione l'elemento romantico perde di importanza; si "devono" avere rapporti nei giorni stabiliti, anche se ammalati, stanchi o arrabbiati; anche se manca il desiderio. Quando il sesso non è più spontaneo e nemmeno un piacere, ma viene fatto solo con l'obiettivo di ottenere una gravidanza, il livello di ansia cresce inevitabilmente.

Spesso lo stress emotivo nella relazione nasce proprio dall'idea di non fare più l'amore, ma di fare un bambino.

Si può osservare, infatti, **nell'uomo** un frequente calo del desiderio sessuale (con conseguente deficit erettivo e ansia da prestazione) proprio

a "metà ciclo", quando la donna, supposta fertile, percepisce il massimo del suo desiderio; **nella donna**, di contro, può non esserci manifestazione di desiderio verso il partner nei periodi cosiddetti "infertili" e possono comparire problemi di lubrificazione, dolore durante i rapporti sessuali e alterazioni del vissuto orgasmico.

Insorgono pertanto dei problemi sessuali secondari di coppia che possono complicare ulteriormente il quadro e non devono essere sottovalutati, perché possono condurre la coppia fino alla richiesta di una fecondazione assistita, intesa come un concepimento senza sesso, non supportata cioè da reali problemi di natura organica.

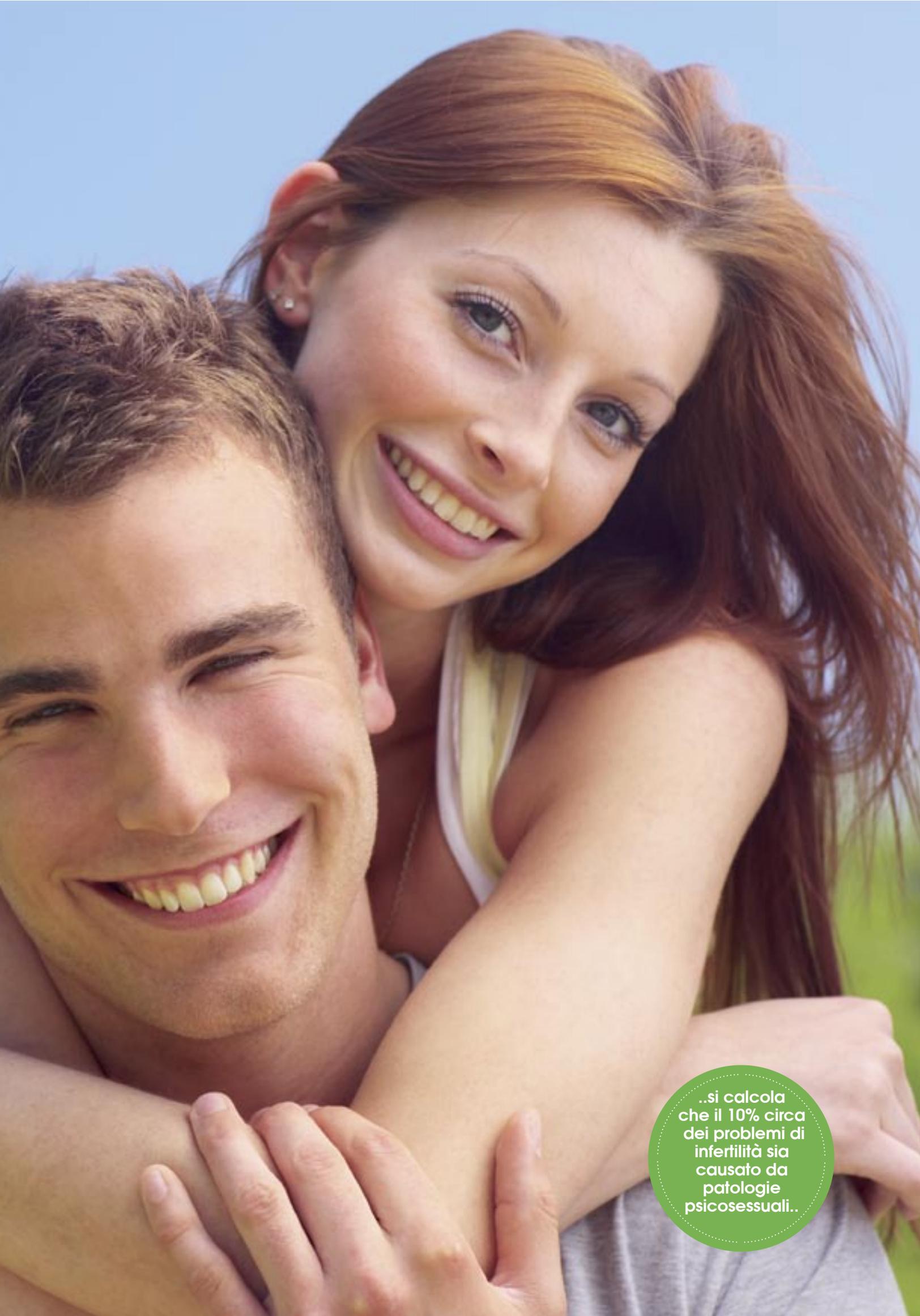
D'altro canto, si calcola che il 10% circa dei problemi di infertilità sia causato proprio da patologie psicosessuali quali il vaginismo, le disfunzioni erettili, i disturbi dell'eiaculazione. Tutte difficoltà probabilmente compensate dalla coppia fino al momento in cui scatta il desiderio di avere un figlio.

Anche la fecondazione assistita sembra influenzare negativamente il vissuto sessuale di coppia, poiché la ridefinizione del nesso sessualità-procreazione viene affidata completamente all'istituzione medica. Comunque si proceda, permane un'aura di artificialità e di strumentalità che si estende all'intero processo fecondativo rendendolo "freddo" rispetto al desiderio sessuale e al piacere dell'intimità condivisa.

Un aiuto psicosessuologico può essere indicato quando fattori o problemi psicosessuali favoriscano l'infertilità, come nel caso di vaginismo o deficit erettivi, o ne siano causati, come conseguenza dello stress del percorso riproduttivo.

Se l'infertilità è definita, come abbiamo detto inizialmente, un disturbo bio-psico-relazionale, il percorso procreativo non deve dimenticare l'attuale concetto di salute, che non è più solo sinonimo di assenza di malattia, bensì di globale benessere bio-psico-sociale dell'individuo.

di Tatiana De Santis



..si calcola  
che il 10% circa  
dei problemi di  
infertilità sia  
causato da  
patologie  
psicosessuali..

Comriamo su internet anche per risparmiare

# Siamo tutti venditori?

**Più di 15mila Italiani guadagnano dalle vendite online. Ogni 28 secondi viene venduto un videogioco, ogni 2 minuti un orologio, ogni 3 minuti una bottiglia di vino. Viaggio nel mondo di eBay con un fatturato, in Italia, di oltre 720 milioni di euro.**

**S**empre più Italiani comprano online, e proprio quando si avvicinano ricorrenze come le festività natalizie aumenta il numero di chi cerca il regalo da fare. Internet è uno dei canali più utilizzati, proprio per la quantità di oggetti che è possibile vedere e per la possibilità di risparmiare, ma per lo stesso motivo Internet è anche il posto migliore dove provare a vendere i propri prodotti. Siti come eBay sono specializzati nelle vendite e i loro utilizzatori sono sia i compratori che i venditori. Leggendo i dati statistici forniti da eBay il 17 novembre del 2008 ogni minuto sono stati venduti 79 oggetti e quel giorno il sito è stato visitato da 1,3 milioni di visitatori.

Ma ovviamente se qualcuno compra c'è anche qualcuno che vende. Attualmente risultano oltre 16.500 gli italiani che hanno una fonte di reddito primaria o secondaria derivante dalla propria attività di vendita su eBay (14.500) o dall'essere dipendenti di un'impresa che opera su eBay (2.000). (Fonte: Research International, Febbraio 2008)

eBay è un sito di aste online che offre ai propri utenti la possibilità di vendere e comprare oggetti sia nuovi sia usati, in qualsiasi momento, da qualunque postazione Internet e con diverse modalità, incluse le vendite a prezzo fisso e a prezzo dinamico, comunemente definite "aste online". eBay si può definire il primo mercato

online del mondo e il sito principale dedicato al commercio elettronico.

Il 6 settembre 1995, un programmatore informatico **Pierre Omidyar**, grazie alla compagna Pam e al terrore di non riuscire a finire una collezione di raccoglitori in plastica per le caramelle "pez", aprì un suo sito personale di compravendita e aste AuctionWeb, che circa due anni dopo prese il nome di **eBay**. Oltre agli involucri per le caramelle di Pam, Omidyar cominciò col mettere all'asta un puntatore laser "rotto". eBay, a 14 anni dall'esordio, è un fenomeno mondiale presente in 37 nazioni, dove ogni secondo vengono scambiate merci.

**In Italia** arriva **eBay.it** il 15 Gennaio 2001 è il sito europeo con il maggior tasso di crescita. Gli italiani, su **eBay.it**, si sono dedicati allo **Shopping Neutrale**, ovvero il nuovo trend che sta spopolando in Europa, legato

## I numeri di eBay

Nel 2008 sono stati venduti:

- Una macchina fotografica digitale ogni 4.5 minuti
- Un computer portatile e un elettrodomestico ogni 4 min
- Una bottiglia di vino ogni 3 minuti
- Un orologio da polso ogni 2 minuti
- Un Dvd ogni 69 secondi
- Un articolo d'infanzia o premaman ogni 65 secondi
- Un francobollo ogni 59 secondi
- Un fumetto ogni 44 secondi
- Un oggetto d'arte ogni 42 secondi
- Un cellulare ogni 41 secondi
- Un libro ogni 39 secondi
- Un videogioco o una console ogni 28 secondi
- Un articolo di arredamento e bricolage ogni 24 secondi
- Un computer o un componente ogni 14 secondi
- Un articolo di abbigliamento ogni 10 secondi

al concetto di attività di compravendita in sostanziale equilibrio tra quanto è venduto e quanto è acquistato. I nostri connazionali vendono principalmente nelle categorie giocattoli, modellismo, abbigliamento e informatica, mentre con i soldi che guadagnano da queste vendite su eBay non solo acquistano prodotti nelle stesse categorie, ma sfruttano i guadagni ricavati concedendosi qualche lusso nella categoria gioielli e orologi o acquistano nella categoria Casa e Arredamento. L'indagine eBay consente inoltre di stilare una classifica delle regioni italiane in cui la tendenza allo shopping neutrale è più forte: la parte d'Italia con il maggior numero di neutral shopper è il nord, con la Lombardia in testa seguita da



Emilia Romagna (3° posto) e Piemonte (5° posto); al centro invece la presenza è maggiore nel Lazio, che occupa la seconda posizione, seguito da Toscana (4° posto) e Liguria (10° posto), solo al sesto posto abbiamo la Sicilia, che precede Campania e Puglia, rispettivamente al settimo e nono posto.

## Acquirente

Per partecipare alle aste online di eBay è necessario registrarsi **"gratuitamente"**, fornendo i propri dati personali, scegliendo un identificativo internet e una password e compilando un apposito modulo in internet. Per ogni inserzione è richiesta una tariffa d'iscrizione da 0,15 a 2,80 euro e per ogni oggetto venduto eBay richiede una percentuale fissa e una quota che dipende dal valore della transazione. Qualunque acquirente può essere anche venditore dopo aver fatto una verifica tramite l'inserimento di un codice che eBay manda presso l'abitazione dello stesso oppure tramite il controllo con inserimento dei dati della carta di credito o di una carta prepagata. L'acquirente ha l'obbligo di pagare entro tempi ragionevoli e/o di dare comunicazioni su eventuali problemi per il saldo della transazione: in caso d'insolvenza sarà a discrezione del venditore se concludere la transazione senza conseguenze o stimolare l'acquirente ad adempiere il suo compito. L'utente che acquista gode però anche di diritti chiari e precisi, infatti **ricevere la merce entro i tempi stabiliti** (da una settimana a massimo un mese), e **la merce deve corrispondere alla descrizione e all'eventuale foto dell'inserzione ed essere integra**. Se questi diritti sono violati l'utente, dopo l'apertura di una controversia, può esser risarcito e ricevere assistenza, tranne il caso di pagamenti non autorizzati come l'invio di denaro in busta o con altri metodi non sicuri e/o non accettati dal sito. L'acquirente viene valutato a sua volta dal venditore con il sistema dei **feedback**: deve quindi comportarsi in maniera consona e diligente esattamente come dovrebbe fare la controparte.

## Venditore

Un venditore può decidere di vendere oggetti propri usati o di aprire un negozio virtuale online su eBay: in ogni caso deve fare la richiesta d'ammissione come venditore non professionale o professionale.

- **Venditore non professionale**: scelto da molti utenti privati per la vendita di oggetti propri usati o nuovi, comporta il pagamento delle inserzioni e delle commis-

sioni sulle vendite. Rispetto all'acquirente è autorizzato a creare le proprie inserzioni.

- **Venditore professionale**: commercianti e venditori muniti di Partita IVA, permette (a pagamento) l'apertura di un negozio eBay dove esporre in vetrina la merce e altri strumenti specifici; sconti e agevolazioni su inserzioni e commissioni sulle vendite.

Una volta scelto il tipo di profilo, eBay comunica nel giro di una settimana un codice segreto che verifica il recapito del futuro venditore.

Superata questa piccola formalità si può iniziare a vendere i propri oggetti sul sito.

Professionali o no, i venditori devono sempre creare inserzioni **veritiere**, quello che viene descritto deve corrispondere a ciò che viene spedito, **e legali**, non si possono, ad esempio, vendere armi o animali vivi.

Inoltre eBay ha avviato una stretta collaborazione con la **Guardia di Finanza** e vari marchi della moda e del design, onde proteggere la proprietà intellettuale ed evitare violazioni di copyright.

In caso di acquirente scorretto, il venditore se apre una controversia può farsi rimborsare il costo dell'inserzione e delle commissioni per la mancata vendita; alcuni venditori vietano ad utenti con un numero di feedback negativo, cioè inferiore a 0, l'acquisto o la partecipazione alle loro aste, al fine di tutelarsi.

## IO, IMPRENDITORE ONLINE

**S**ilvano Pasqualon è un imprenditore nel settore del tessile e manifatturiero.

A partire dal 2001 e negli anni a seguire ha sempre avuto una grande propensione per Internet cercando sempre di utilizzare una parte dei suoi affari anche online.

Ha aperto uno dei primi negozi online di vendita al dettaglio di abbigliamento e accessori. Ma si è anche dedicato alla vendita all'ingrosso, proponendo i suoi prodotti ai compratori di tutto il mondo" on line".

Ora ha deciso di iniziare con una nuova avventura:

la produzione diretta di capi d'abbigliamento col marchio Patrizia Guidi **www.patriziaguidi.it**

Inizialmente verrà prodotta una linea di t-shirt abbinata ad un concorso per eleggere fra gli acquirenti delle t-shirt Miss e Mister Patrizia Guidi, abbinando la vendita di capi firmati (rilevati da stock di merce delle migliori marche nei negozi gestiti dalla moglie Loredana.



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

Siamo tutti venditori?

## Offerta e Acquisto

Le modalità d'offerta e acquisto sono due. La prima è la tradizionale **asta**, con un prezzo di partenza e i successivi rilanci. Ma i venditori possono anche proporre la modalità "**compralo subito**", dando la possibilità di acquistare a prezzo fisso e immediatamente. Per capire se si può avere fiducia in un venditore online, è bene controllare i giudizi espressi dai precedenti clienti, leggendo i cosiddetti feedback, i quali tengono conto di parametri precisi sulla qualità delle merci e la rapidità di spedizione.

Su eBay sono vigenti due regole fondamentali riguardo al pagamento, e sono la **ricezione della merce solo dopo il pagamento e le spese di spedizione sono sempre a carico dell'acquirente**.

Sono concessi: il circuito di pagamenti elettronici PayPal un sistema di sua proprietà, immediato, gratuito e sicuro; vaglia postale; bonifico bancario; Assegno; Carta di credito.

I metodi vietati, non ammessi e sanzionabili, sono in-

vece:

ricarica a carte prepagate altrui (PostePay, QuickWeb); trasferimento fondi (Western Union); denaro in busta; ricariche telefoniche.

Il divieto di questi metodi è scattato per tutelare gli acquirenti e fornire una maggior protezione sul sito; non impedisce però ad acquirente e venditore di accordarsi diversamente e di praticarli lo stesso.

Un utente iscritto a eBay può mettere in vendita i propri articoli, anche senza aver attivato un account PayPal. In caso di mancato ricevimento del pagamento e/o della merce si può aprire una **controversia**, dove eBay tutela i diritti dell'acquirente richiamando e contattando il venditore; nel caso del venditore risarcisce le tariffe d'inserzione e consente la rimessa in vendita dell'oggetto non pagato.

ARMANI JEANS



MURPHY & CO



GUESS  
JEANS

Burberrys

FRED MELLO

D&G

POLO RALPH LAUREN

Calvin Klein



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

PG  
patrizia guidi  
OUTLET

## ABITUATI A RISPARMIARE

Abituatevi a spendere la metà' anche con i nuovi arrivi autunnali, su tutto sconto del 50% dal prezzo di listino!!

**Compra on line sul nostro sito**

La maggior parte dei capi da noi venduti, provengono da: **aste, fallimenti, stock**, ed è per questo che a volte "quasi sempre" la qualità del prodotto supera di gran lunga la richiesta del prezzo, così garantendo un risparmio che può arrivare ad un 60% reale.





Crescere  
non è solo  
un gioco!

Fisher-Price è sinonimo di **qualità, affidabilità e innovazione** e segue il tuo piccolo dalla prima infanzia fino all'età prescolare: sdraiette, seggiolini, altalene, sonagolini ma anche giochi elettronici educativi per permettere ai più grandi di imparare divertendosi.

**Da oltre 75 anni Fisher-Price offre la propria esperienza al servizio delle mamme e dei bambini**, grazie anche al **Play Laboratory**, il primo laboratorio ludico al mondo, dove i piccoli possono testare personalmente i prototipi dei giocattoli. Professionisti, maestri, ingegneri e designer ricevono preziose informazioni che permettono di perfezionare il loro lavoro e progettare nuovi giocattoli che accompagneranno il bimbo in ogni fase della sua crescita.

**Fisher-Price**

giocare. ridere. crescere™

[www.fisher-price.com/it](http://www.fisher-price.com/it)



MAMMA E PAPA'

# Vissuti psicologici e sessuologici della coppia sterile

*Diventare genitori è un momento importante nel processo evolutivo dell'uomo; nell'uomo o nella donna sterili sembra quindi mancare una possibilità evolutiva, e tale mancanza può modo destabilizzare l'equilibrio psicologico.*

di V. Valentino, C. Nanini, A.R. Genazzani



**D**iventare genitori è un momento importante nel processo evolutivo dell'uomo, in quanto il bambino immaginario è presente fin dall'infanzia nel mondo rappresentazionale e psicologico; nell'uomo o nella donna sterili sembra quindi mancare una possibilità evolutiva, e tale mancanza può in qualche modo destabilizzare l'equilibrio psicologico. *Mente e corpo non possono essere scissi, ma integrati affinché la salute, così come descritta dall'OMS, sia davvero uno stato di completo benessere fisico, psicologico e sociale.* Quando una coppia inizia il progetto coniugale, spesso i partner presuppongono che le rispettive capacità procreative siano adeguate; di solito l'"impiego" di queste capacità viene rimandato ad altri momenti, ad esempio ad una fase di maggiore stabilità economica o dopo aver vissuto insieme per un periodo prolungato.

La possibilità che invece le capacità procreative non siano per qualche motivo adeguate spesso non viene minimamente contemplata, e proprio sulla scia di tale atteggiamento i fallimenti negli iniziali tentativi di concepimento generalmente vengono ricondotti a fattori transitori, come ad esempio a qualcosa che non è andato bene durante il rapporto, all'aver scelto un momento sbagliato rispetto al periodo ovulatorio, ecc. I ripetuti fallimenti rendono però la situazione ambigua e pertanto frustrante, in quanto la coppia si rende conto che qualcosa non va, ma d'altro canto i partner non hanno ancora la certezza che non potranno concepire nemmeno in futuro, pertanto cresce l'esigenza di una visita specialistica.

La diagnosi di sterilità arriva, procura forti emozioni ed ha quindi un impatto notevole sulla qualità della vita, sulla relazione tra i partners e sulla loro funzionalità sessuale.

L'identità di coppia subisce una forte crisi da cui deriva un'esperienza molto dolorosa, che può sia separare definitivamente i coniugi, sia unirli ancora di più. In generale, in questo stadio entrano in gioco fattori come la forza della



coppia, la certezza che hanno l'uno dell'altra, le ragioni per cui si sono scelti, il loro amore, ed è proprio per questo motivo che questo intreccio complicato di bisogni legati al presente e al passato non sempre viene portato alla luce, alimentando così la sofferenza psicologica; la potenziale distruttività della coppia dipende quindi dal modo con cui marito e moglie vivono l'infertilità. Molte persone che si rivolgono a centri di procreazione assistita ritengono che tali tecniche permettano a tutti di avere un figlio, qualunque sia il problema che non permette il concepimento; questo li porta ad avere aspettative eccessivamente elevate che, se non ridimensionate, possono essere causa di crisi intense nel momento in cui si scontrano con una realtà che è diversa da quella attesa.

Le reazioni psicologiche alla diagnosi di infertilità/sterilità possono influenzare lo stato d'animo dei coniugi e possono turbare i rapporti tra di loro, l'esperienza dell'infertilità/sterilità presenta, infatti, numerosi risvolti psicosociali e sessuali che possono interferire in modo significativo sia a livello del benessere personale che della relazione di coppia. Le reazioni più comuni sono la sorpresa, la depressione, il lutto e il senso di perdita, mentre prevalgono emozioni come la rabbia, l'ostilità verso se stessi o verso il coniuge e i parenti, il senso di colpa e l'ansia. A livello di relazione di coppia, la diagnosi di infertilità può dunque portare i partners a sentirsi

"difettosi" o colpevoli, non conformi alla norma sociale cui vorrebbero poter aderire. Un altro aspetto che merita attenzione è l'influenza esercitata da una terapia di procreazione medicalmente assistita sulla vita sessuale della coppia. Infatti, oltre alla diagnosi di infertilità, i trattamenti di riproduzione assistita ed il loro possibile fallimento rappresentano un'esperienza di stress che disturba il rapporto sessuale e coniugale. La durata dell'iter diagnostico, i ripetuti insuccessi terapeutici e la sensazione di essere espropriati della propria intimità sono spesso accompagnati da ansia e frustrazione, che possono sfociare in serie problematiche relazionali e sessuali. È infatti inevitabile che durante un programma di terapia per l'infertilità le coppie vengano sottoposte a ritmi dettati dai frequenti monitoraggio dell'ovulazione, dalle terapie ormonali ecc., che si sovrappongono ai loro ritmi biologici. Inoltre alle coppie viene chiesto di avere rapporti sessuali il cui risultato (in termini di concepimento) sarà oggetto di valutazione medica (fenomeno denominato "sex for doctors"). Questa situazione crea spesso un sovraccarico di emotività dovuto al tentativo di trovare una mediazione tra la propria vita sessuale abituale e i programmi medici a cui si è sottoposti. Il rapporto sessuale può infatti finalizzarsi esclusivamente al concepimento, sostituendo i ritmi del desiderio con quelli della fertilità biologica della donna e riducen-

**Le reazioni psicologiche alla diagnosi di infertilità/sterilità possono influenzare lo stato d'animo dei coniugi e possono turbare i rapporti tra di loro**

do così la soddisfazione sessuale. L'esperienza di infertilità/sterilità può turbare anche i rapporti con l'entourage amicale e familiare della coppia. La coppia sterile può sentirsi diversa, non accettabile dalle altre e può temere di aver tradito le aspettative della propria famiglia di origine; spesso questi vissuti inducono la coppia ad isolarsi. Il ritiro dalla vita sociale è teso a volere evitare le occasioni che ricordano alla coppia la propria condizione di sterilità; ciò può causare stress e tensione tali da generare ulteriori disagi ed incomprensioni, innescando una spirale che spesso danneggia ulteriormente la relazione, la sfera sessuale e i rapporti con gli altri. E allora se per salute si intende quello stato di completo benessere fisico, mentale e sociale e non la mera assenza di malattia, e per promozione della salute si intende quel processo che mette in grado le persone di aumentare il controllo sulla propria salute e di migliorarla (W.H.O., 1986), allora anche per il problema sterilità è necessario adottare un approccio che rimetta al centro della sua attenzione la persona e la sua sofferenza, che permetta di avvicinarsi maggiormente al significato più globale dell'esperienza di malattia all'interno della vita della persona, offrendo maggiori possibilità di coglierne e affrontarne i numerosi risvolti nella vita del paziente.





# Una scuola di Specializzazione per psicologi e per medici a Busto Arsizio

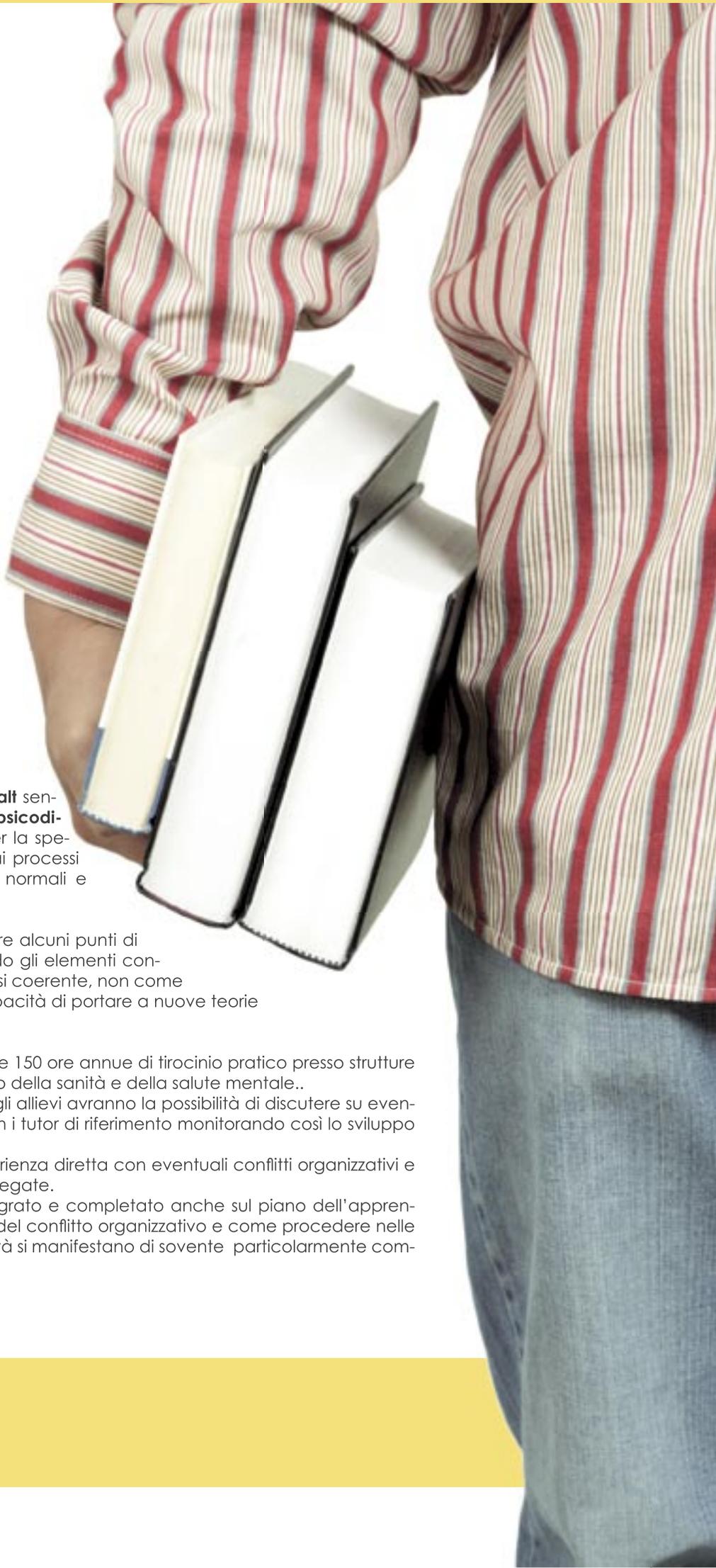
**N**asce a Busto Arsizio la **SPIC**, Scuola di Specializzazione quadriennale in psicoterapia integrata e di Comunità, autorizzata dal Ministero dell'Università, aperta a psicologi e a medici che desiderano diventare psicoterapeuti.

Il percorso formativo proposto è concepito secondo un andamento che prevede un inizio di esplorazione di sé e delle proprie modalità di relazione per evolvere successivamente all'interno del gruppo, dove il confronto con gli altri rende ancora più intensa l'espressione e la consapevolezza del proprio sistema di motivazione-emozione.

La formazione che gli aspiranti psicoterapeuti seguono durante i quattro anni della scuola, si conclude con l'assunzione di responsabilità nei confronti di sé, della propria storia e delle relazioni con gli altri e con l'acquisizione di strumenti efficaci nella conduzione della psicoterapia con i futuri pazienti.

Lo psicologo e il medico che frequenteranno la Spic potranno, a fine percorso, sia esercitare la libera professione, sia intervenire nelle strutture sanitarie comunitarie, quali ospedali, comunità psichiatriche, consultori, comunità per i disturbi del comportamento alimentare.

La scuola è infatti denominata anche "di Comunità" per sottolineare un aggancio valoriale e storico ad esperienze formative effettuate dal gruppo A.C.O.F. di Busto Arsizio in ambito psicologico e psicoterapeutico all'interno di Comunità della provincia di Varese. Il modello didattico è "integrato" in quanto si basa



sul filone del **Cognitivismo** e della **Gestalt** senza escludere il riferimento all'**indirizzo psicomodale**, considerato fondamentale per la specifica importanza attribuita da Freud ai processi emozionali nelle dinamiche psichiche normali e patologiche.

Lo scopo dell'**integrazione** è considerare alcuni punti di forza di ciascun approccio selezionando gli elementi concordanti in modo da costruire una sintesi coerente, non come somma di entità statiche ma come capacità di portare a nuove teorie e prassi nella clinica.

All'esperienza clinica vengono dedicate 150 ore annue di tirocinio pratico presso strutture pubbliche e private operanti nel campo della sanità e della salute mentale.. Durante la rielaborazione del tirocinio gli allievi avranno la possibilità di discutere su eventuali problematiche con i docenti e con i tutor di riferimento monitorando così lo sviluppo progressivo delle proprie competenze. Interessante potrà essere anche l' esperienza diretta con eventuali conflitti organizzativi e con le dinamiche relazionali ad essi collegate. Il percorso di formazione sarà così integrato e completato anche sul piano dell'apprendere come intervenire per la soluzione del conflitto organizzativo e come procedere nelle dinamiche relazionali che nelle comunità si manifestano di sovente particolarmente complesse.

# SANT'ANNA BIOBOTTLE: la rivoluzione mondiale della BOTTIGLIA VEGETALE

Non utilizza neanche una goccia di petrolio la nuova Sant'Anna BioBottle, la prima bottiglia di acqua minerale con packaging 100% vegetale, una speciale bottiglia prodotta con la bioplastica Ingeo™, che si ricava dalle piante anziché dal petrolio.

Questa rivoluzione epocale nel packaging è frutto dell'iniziativa dell'azienda piemontese Fonti di Vinadio, che in poco più di 10 anni di attività si è già fatta notare per l'intraprendenza e il modo innovativo di produrre, distribuire e comunicare, fino a diventare un marchio leader a livello nazionale. Sensibile alle tematiche ambientali, convinta che la rivoluzione ecosostenibile possa cominciare dai prodotti di largo consumo (la bottiglia di acqua minerale da 1,5 litri è infatti il formato più venduto del settore e tra i prodotti più venduti in assoluto nel nostro Paese), Fonti di Vinadio è la prima azienda privata a sposare una politica eco-compatibile con una iniziativa di tale portata nel mass market. Questo rivoluzionario materiale presenta le stesse caratteristiche del materiale sintetico: stessa leggerezza, robustezza e praticità senza contenere nemmeno una goccia di petrolio! Inoltre, gli studi dimostrano che questa particolare bioplastica non rilascia alcuna sostanza nell'acqua, pertanto il contenuto è fresco e puro come l'acqua imbottigliata in vetro, pur mantenendo tutta la praticità, leggerezza e maneggevolezza della plastica!

BioBottle riveste dunque grande importanza non solo per il plus ecosostenibile, ma anche per la purezza e freschezza che garantisce al prodotto.

“L'impiego di risorse annualmente rinnovabili, anziché del petrolio, per produrre questa plastica naturale – spiega l'imprenditore Alberto Bertone, Presidente di Fonti di Vinadio Spa - riduce la dipendenza dai combustibili fossili e, grazie a processi manifatturieri più sostenibili, contribuisce all'abbattimento delle emissioni di anidride carbonica, la causa principale dell'effetto serra.” La nuova Sant'Anna BioBottle permette importanti risparmi energetici e riduce l'inquinamento rispetto alle bottiglie in plastica tradizionale: 650 milioni di bottiglie Sant'Anna BioBottle permettono un risparmio di 176.800 barili di petrolio, ovvero la stessa quantità che serve a riscaldare per un mese intero una città di 520.000 abitanti! Inoltre, riducono le emissioni di anidride carbonica pari a un'auto che compia il giro del mondo per 30.082 volte in un anno! Nel solo stabilimento delle Fonti di Vinadio si possono produrre 50 milioni di bottiglie in una settimana di lavoro. E oggi in Italia si devono smaltire ogni anno oltre 5 miliardi di bottiglie!

La portata innovativa di questo prodotto ha suscitato curiosità e attenzione da parte non solo del pubblico e del mondo dell'informazione, ma anche di ricercatori e studiosi di nuovi materiali e metodi di smaltimento degli imballaggi. Questa esperienza apre infatti le porte a nuovi scenari futuri su prodotti di largo consumo più ecosostenibili. Sant'Anna BioBottle dopo il consumo si può conferire nella raccolta differenziata dell'organico, ed avviare ad un particolare trattamento, il compostaggio, ovvero una biodegradazione controllata, che avviene in ambiente dove temperatura e tassi di umidità controllati accelerano semplicemente un processo che avverrebbe normalmente in natura. Un test effettuato con AMIAT - Azienda Multiservizi Igiene Ambientale Torino, ha dimostrato che dopo solo 8 settimane non resta più nessun frammento di Sant'Anna BioBottle.

Sant'Anna BioBottle ha già ottenuto il riconoscimento del marchio CIC dal Consorzio Italiano Compostatori, che promuove una reale politica di riduzione dei rifiuti e soluzioni improntate alla minimizzazione dell'impatto ambientale.

in collaborazione con SANT'ANNA

# Sai che..

Notizie utili e piccole curiosità

## Acqua sulla Luna, ghiaccio su Marte

C'è acqua sulla luna, e in gran quantità: la scoperta smentisce l'idea finora diffusa che il suolo lunare sia arido e desolato. Molecole d'acqua imprigionate sulle rocce lunari ma anche ghiaccio su Marte, nubi di vapore sulla piccola luna di Saturno Encelado e il ghiaccio che riveste Europa, una delle lune di Giove: l'acqua è ovunque nel Sistema Solare.

## Poca autostima da bambini, rischio obesità da adulti

"I problemi emotivi rappresentano un fattore di rischio obesità".

I bambini che passano l'età dello sviluppo in preda a carenze di fiducia (o vera e propria mancanza di autostima) hanno maggiori probabilità di manifestare obesità una volta raggiunti i 18 anni.

A sostenerlo, uno studio del King's College di Londra, diretto dal dottor David Collier e pubblicato da "BMC Medicine".

Gli studiosi hanno osservato circa 6500 soggetti, seguendoli dall'infanzia (negli anni Settanta) fino ai giorni nostri oramai adulti. Essi hanno così notato come i bambini più timidi si sono trasformati in adulti con problemi di peso con maggiori probabilità dei coetanei arditi.

A riguardo il dottor Collier specifica così come **"da oggi si può certamente concludere che i problemi emotivi rappresentano un fattore di rischio obesità"**.

In ogni caso, il medico e la sua squadra di collaboratori non vogliono stabilire un legame diretto e fatalistico tra scarsa autostima: semplicemente, i deficit emotivi devono essere inseriti nel ventaglio dei fattori di rischio insieme ad obesità in famiglia, abitudini alimentari e sedentarietà.

## Quasi un italiano su due non usa internet

Quasi un italiano su due non utilizza Internet e il 45% della popolazione con più di 14 anni ancora non ne fa uso. E' quanto emerge da una ricerca della **Nielsen**, su 'Separati in casa: gli italiani tra cultura e tecnologie'. Svoltata per l'Osservatorio permanente sui contenuti digitali, la ricerca, in particolare rivela che tra il 2007 e il 2009, l'utilizzo di internet in Italia è cresciuto in modo esponenziale. Chi accede a Internet, emerge ancora dalla ricerca, lo fa sempre più in modo superficiale e fine a se stesso, nonostante l'offerta articolata di contenuti culturali e di intrattenimento.

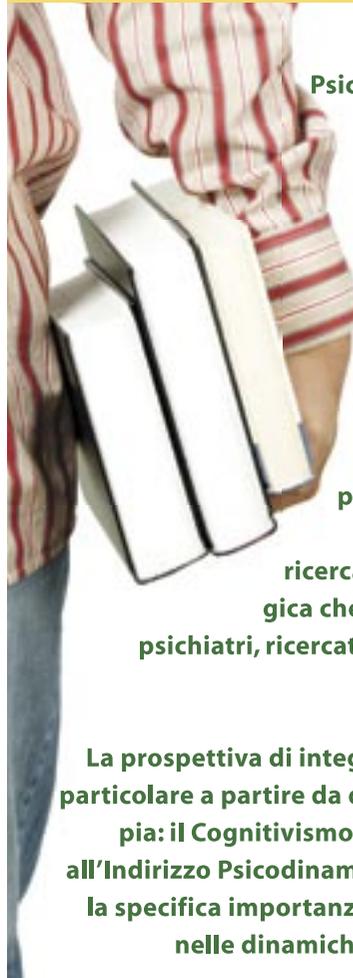


SPIC - Scuola di Specializzazione  
in Psicoterapia Integrata e di Comunità  
Riconosciuta dal MIUR (D.M. 15/07/2008)

[www.spic-acof.it](http://www.spic-acof.it)

## Una scuola di specializzazione per psicologi e medici

### LA SCUOLA



La Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Integrata e di Comunità - SPIC promossa dall'Associazione Culturale Olga Fiorini di Busto Arsizio (VA) è riconosciuta dal Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca (MIUR) con DM 15.07.2008, per l'abilitazione all'esercizio dell'attività psicoterapeutica ai sensi dell'articolo 3 della legge 18 febbraio 1989 n. 56. La Scuola presenta un modello scientifico che deriva da un accurato lavoro di ricerca e di integrazione sia epistemologica che metodologica a cura di psicologi, psichiatri, ricercatori e clinici che operano in ambito psicoterapeutico e universitario.

La prospettiva di integrazione terapeutica si focalizza in particolare a partire da due modelli storici della psicoterapia: il Cognitivismo e la Gestalt con riferimento anche all'Indirizzo Psicodinamico considerato fondamentale per la specifica importanza attribuita ai processi emozionali nelle dinamiche psichiche normali e patologiche.

### LA DIREZIONE

La direzione della Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Integrata e di Comunità

**Direttore Scientifico**  
prof. Giorgio G. Bellotti  
Professore Straordinario di Psicologia  
Clinica della Facoltà di Medicina e  
Chirurgia dell'Università dell'Insubria  
Varese

**Direttore Didattico**  
dr.ssa Maria Rosa Madera  
Psicologa Psicoterapeuta;  
Professore a contratto all'Università  
dell'Insubria Varese

Via Varzi, 16 - 21052 Busto Arsizio  
Tel. 0331 624318 - Fax 0331 620371  
[info@spic-acof.it](mailto:info@spic-acof.it)



# FRANCIACORTA

Consorzio per la tutela del Franciacorta

## Franciacorta: un territorio, un vino

### Gli inizi

Erede ed ambasciatore di un'antica tradizione storica vitivinicola di uno splendido territorio, il Franciacorta affonda le sue radici produttive già nel sedicesimo secolo. E' grazie alla dedizione e all'amore dei vignaioli di ieri e di oggi, che le caratteristiche di questo vino sono apprezzate e conosciute in tutto il mondo.

### Franciacorta: denominazione sinonimo di qualità

Il Franciacorta è stato il primo brut italiano, prodotto esclusivamente con il metodo della rifermentazione in bottiglia, ad avere ottenuto nel 1995 la Denominazione di Origine Controllata e Garantita. Oggi le sue etichette recano solo la denominazione Franciacorta, unico termine che definisce il territorio, il metodo di produzione e il vino. Solo 10 sono le denominazioni che in tutta Europa godono di tale privilegio e di queste sono solo tre i prodotti ottenuti con la rifermentazione in bottiglia: Cava, Champagne e Franciacorta.

### Le aziende del Franciacorta

Cantine storiche, diventate oggi moderne cattedrali di tecnologia enologica, producono non solo il Franciacorta nelle sue diverse tipologie (Satèn, Rosé, Millesimato, Riserva) ma anche Curtefranca doc Bianco e Rosso e Sebino Igt, i vini fermi della Franciacorta.

### Il territorio

La Franciacorta è uno splendido territorio nel cuore della Lombardia, i cui attuali confini coincidono con quelli dell'organizzazione del contado in età viscontea ripresa e poi confermata dalla Serenissima nel XV secolo. Attualmente comprende i territori di 19 Comuni della provincia di Brescia. La Franciacorta è un territorio con un patrimonio culturale e naturale carico di fascino e di attrattività, un territorio da scoprire, assaporare e respirare.

### Il nome Franciacorta

Il nome così intrigante, Franciacorta, ci riporta alla sua storia lontana legata alle Corti Franche ed a quando, dopo l'arrivo dei monaci cluniacensi, il territorio godette di



libero scambio nel commercio (curtes francae). Il toponimo "Franzcurta" comparve per la prima volta negli annali del Comune di Brescia dell'anno 1277, per identificare l'area compresa tra i fiumi Oglio e Mella, a sud del lago d'Iseo.

### Il Consorzio

Fondato il 5 marzo del 1990 a Corte Franca e trasferito pochi anni dopo nella sede attuale a Erbusco, nel cuore della Franciacorta, il Consorzio conta 366 soci delle tre categorie professionali - viticoltori, vinificatori e imbottiglieri - della filiera produttiva delle denominazioni Franciacorta Docg, Curtefranca Doc e Sebino Igt. Sono 97 le aziende consorziate produttrici di Franciacorta, che rappresentano la quasi totalità delle aziende produttrici (98%) del pregiato vino. Presieduto da Maurizio Zanella, il Consorzio è il custode della disciplina di produzione del Franciacorta. L'attività di questo è molto ampia e va dal controllo sulla produzione alla tutela e valorizzazione della denominazione e del vino, alla comunicazione del prodotto e del suo territorio. Inoltre il Consorzio, per tutte le Aziende, consorziate e non, che utilizzano la denominazione, verifica la certificazione dell'intera filiera, dalla produzione di uva alla consegna dei contrassegni di Stato, rilasciati dal Ministero per le Politiche Agricole solo per i vini Docg.

### La ricerca

Il Consorzio è in contatto e a confronto con il mondo accademico per essere costantemente in grado di proporre ai suoi associati le solu-

zioni tecniche più innovative e più rispondenti alle esigenze di un settore dell'agricoltura estremamente dinamico come quello della viticoltura. Interessanti ed importanti lo studio di zonazione, la precision farming e il progetto agrometeo.

### Tipologie di gusto: Non dosato, Extra Brut, Brut, Extra Dry, Sec o Dry, Demisec

### Abbinamenti con tutte le differenti tipologie di gusto e di produzione

Il Franciacorta con le sue diverse tipologie di sapore è indicato per un consumo a tavola perché abbinabile a tutti i piatti. Ciascuna tipologia si differenzia dalle altre per il diverso dosaggio di liqueur aggiunto dopo la sboccatura. Ogni tipologia possiede una sua spiccata personalità.

- **Non Dosato** (zucchero fino a 3 grammi/litro di residuo naturale del vino) - È il più secco della gamma dei Franciacorta. Il suo gusto, accompagnato dagli aromi tipici della rifermentazione in bottiglia (crosta di pane, lievito) lo rendono ideale per gli aperitivi ma anche a tutto pasto.

- **Extra Brut** (zucchero fino a 6 grammi/litro) - Molto secco. Si sposa molto bene con il pesce, i crostacei e i frutti di mare crudi. Si può azzardare anche l'abbinamento con insaccati cotti come il cotechino.

- **Brut** (zucchero inferiore a 15 grammi/litro) - Secco ma un po' più morbido rispetto all'Extra Brut, è

## Franciacorta

sicuramente il prodotto più versatile negli abbinamenti, oltre che come aperitivo è particolarmente indicato a tutto pasto, con predilezione per piatti dai sapori delicati.

- **Extra Dry** (zucchero da 12 a 20 grammi/litro) - Franciacorta morbido, con un dosaggio leggermente maggiore rispetto al classico Brut, è indicato per torte salate e verdure al forno. Ottimo come aperitivo per chi non ama i gusti molto secchi. Infatti la nota dolce appena accennata smorza i sapori forti esaltando il gusto del cibo.

- **Sec, Dry** (zucchero da 17 e 35 grammi/litro) - Meno secco, cioè leggermente abboccato è particolarmente indicato per i formaggi molli, piccanti e a pasta grassa tipo taleggio o erborinati tipo gorgonzola. Si consiglia anche l'abbinamento con il patè di fegato. Ottimo con i dessert non troppo dolci e in genere a fine pasto con pasticceria secca, crostate di frutta, focacce dolci.

- **Demi Sec** (zucchero da 33 e 50 grammi/litro) - Grazie al suo sapore abboccato, dovuto al dosaggio zuccherino elevato, ben si sposa con torte e dolci tipici come il panettone e il pandoro. Ottimo anche fuori pasto con stuzzichini e con formaggi piccanti, si lega in maniera armoniosa con una gran quantità di piatti e prodotti.

- **Satèn** - Essendo un blanc de blanc, risulta estremamente fine ed elegante. È ideale a tutto pasto, ma eccezionale con le paste al forno, i risotti delicati e piatti a base di pesce (storione, salmone, trota, coregone, tinca, pesce azzurro). Ottimo anche con il prosciutto crudo di Sauris, di Parma e di San Daniele



e i formaggi non troppo stagionati. Si accompagna molto bene anche a piatti importanti i cui sapori decisi sono ben equilibrati dalla sua freschezza.

- **Rosé** - Il corpo ed il vigore permettono di assaporarlo con salame e salsicce, con risotti ai funghi porcini, agli asparagi o al radicchio, con melanzane alla parmigiana, con zuppe di pesce saporite, carni di agnello e vitello, rane e lumache. Nella tipologia Demi Sec ben si abbina a torte crostate, piccola pasticceria e dolci a base di biscotto.

## Gli altri vini di Franciacorta

### Curtefranca Doc Bianco

**Uvaggio:** Uve Chardonnay e Pinot nero, è permesso l'uso del Pinot bianco fino ad massimo del 50%, di fatto è però prodotto in prevalenza con uve Chardonnay.

**Note degustative:** Colore giallo paglierino con riflessi verdolini, di gusto particolarmente delicato. Il sapore è asciutto, fresco e vellutato.

### Curtefranca Doc Bianco con menzione Vigna

Prodotto superiore al Curtefranca Doc, Il Vigna deriva da un unico vigneto rispecchiandone le peculiarità specifiche. Il vino matura per la almeno 12 mesi ed è lungamente affinato in bottiglia.

### Curtefranca Doc Rosso

**Uvaggio:** Cabernet Franc e Carmenere, sono presenti anche il Merlot e il Cabernet Sauvignon.

**Note degustative:** Colore rosso vivace, con riflessi violacei rubino brillanti; di sapore asciutto, vinoso e fruttato.

### Igt Sebino

Alcuni vini godono della qualifica di Indicazione Geografica Tipica Sebino, il territorio di produzione copre l'intera Franciacorta e si estende anche un po' oltre ma le normative e i controlli sono comunque di competenza del Consorzio. Si tratta di una categoria dedicata ai vini giovani e freschi, ma comunque di qualità. Questi vini possono essere prodotti in quattro tipologie: bianco, rosso, novello e passito, oltre che nelle tipologie con nome di vitigno: Sebino Chardonnay, Pinot bianco, Pinot nero, Cabernet Franc, Cabernet Sauvignon, Merlot, Carmenere, Nebbiolo e Barbera.





where imagination begins™



Biberon Tappo Winnie The Pooh

Biberon Tappo Sonaglio

Succhiatti Winnie The Pooh

Biberon Baby Mickey

Piatto pappa calda

MAX INFORMATION 7

# Sorridi, è l'ora della pappa!

La pappa è ancora più buona in compagnia di **Winnie The Pooh** e **Baby Mickey**, i compagni ideali di ogni bambino. Solo la **Linea Puericoltura BelBebè Clementoni** sa accontentare tutti quanti! Come? Aggiungendo alla naturalità dei materiali e alla sicurezza del "Sicur Flow System" ancora più efficace contro coliche e rigurgiti - l'esclusiva coppia di baby amici Disney. Una bella scorpacciata di divertimento per augurare: happy pappa a tutti!

© Disney

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



# Omaggio ad Alda Merini

*Il 1° Novembre 2009 è scomparsa Alda Merini  
La ricordiamo con le sue parole dedicate alla sua Milano*

## **Potrei lasciare Milano solo per il Paradiso**

*Il poeta è sempre in vacanza. Ed è contro le vacanze. Per questo, anche d' estate rimane in città. Alle ferie d' agosto preferisce le passeggiate languide lungo i canali. Piuttosto che in un confortevole albergo ama riposarsi nel disordine di casa sua. Le vacanze le trascorro da sempre nella mia casa sui Navigli, rimpiangendo Patty Pravo e ascoltando «Mille lire al mese». In quale posto potrei stare meglio che qui? Tra queste mura sono nati i miei figli e le mie poesie.*

*Sono un' eremita nata, la casa è il mio rifugio. Ho sempre sognato di vedere un giorno, attaccata fuori dalla porta, una targhetta con su scritto: «Qui è nata e vissuta Alda Merini». Sarei stata più felice solo se a questa casa avessero lasciato la vecchia muffa, le pareti scrostate, il suo passato. Invece anche qui hanno passato la vernice nuova e i vicini di un tempo non ci sono più. Ora ho una casa tutta «leccata», senza raucedini. Intorno a me neanche un colpo di tosse catarrosa, solo giovani belli e intelligenti. Neanche un cretino. D' estate, poi, tutti via. A farmi compagnia rimangono i preti giovani e bellissimi che passano tutti i giorni a trovarmi. Mi regalano felicità e impulsi creativi, con il caldo l' ispirazione si affievolisce. Esco di rado, per andare al Duomo o davanti al Castello Sforzesco. Rimango lì per ore e ore.*

*Mi immedesimo in Pia De' Tolomei, la suggestione è grandissima. Le trattorie mi annoiano oramai, si mangia pesante. Le ho girate tutte. Ho cenato con piatti di gnocchi, di risotti, di ossibuchi con polenta. Ora non ne ho più fame. Sono un cuor contento, mi basta stare qui con dieci ventilatori a guardare i miei Navigli. Il mare lo vedo in televisione e mi piace*

*molto. Non so nuotare, mi sarebbe piaciuto imparare. Alle spiagge assolate ho sempre preferito la montagna. Ho fatto qualche scarpinata in Val d' Aosta, sono una provetta scalatrice. Ma ogni volta che sono partita ho sognato la mia città. E' bellissimo tornare a Milano, di notte. Si potrebbe lasciarla per sempre solo per andare in Paradiso. Ma forse desidererei, anche da lì, la mia casa. (testo raccolto da Michela Proietti)*

*Alda Merini  
(dal Corriere della Sera del 26 luglio 2003)*



# Biocell Center

*La banca delle cellule staminali da liquido amniotico*

**P**er molti è il futuro. Le cellule staminali sono infatti considerate da una fetta, sempre più crescente, della comunità scientifica come un'importante risorsa terapeutica. Il suo utilizzo è vario anche se l'impiego principale è per le terapie cellulari e la rigenerazione dei tessuti. Questi mattoncini, indispensabili nel percorso terapeutico possono avere provenienze diverse. Iniziamo dalle cellule staminali embrionali che vengono ricavate da quelle interne di una blastocisti e che sono ottenute per mezzo di colture.

Il suo impiego ha però sollevato un importante dibattito di carattere etico.

Per poter ottenere una linea cellulare (cioè una stirpe o discendenza) si rende necessaria la distruzione di una blastocisti, ovvero un embrione che non ha sviluppato più di 150 cellule ma che viene ritenuto, da una parte del mondo scientifico, religioso e laico, un potenziale individuo umano. La sua distruzione è paragonata dunque all'uccisione di un essere umano già concepito.

Diverso è il discorso per le cellule staminali prelevate dal cordone ombelicale o dal liquido amniotico al parto o durante

la gravidanza. Le prime possono essere infatti prelevate solo al momento della nascita. Il numero di genitori che ricorre a questa fondamentale pratica è in continua crescita perchè si sa che la salute non ha prezzo. I benefici, inoltre, non riguardano solo il nascituro ma possono essere estesi anche alle persone biologicamente compatibili.

I problemi riguardano però la conservazione che non può essere effettuata nel territorio italiano. Per questo le aziende che operano nel nostro Paese si appoggiano a centri stranieri con sedi, di preferenza, in Svizzera e Gran Bretagna.

Le cellule staminali, che possono essere prelevate dal liquido amniotico durante una normale amniocentesi, non devono invece necessariamente espatriare. La conservazione può infatti avvenire anche nel nostro territorio. Le staminali provenienti dal liquido amniotico presentano poi una maggior flessibilità nell'utilizzo rispetto a quelle prelevate dal cordone ombelicale.

Nel mondo esiste però un solo centro di ricerca che si occupa della crioconservazione delle staminali amniotiche. Si tratta della Biocell, con sede a Busto Arsizio in provincia di Varese. Al timone dello staff che comprende medici, genetisti e biologi il Professor Giuseppe Simoni ex docente di Genetica Medica

alla Statale di Milano che da quasi quaranta anni si occupa della materia. Oltre alla sede italiana, la Biocell Center ha aperto anche un suo centro a Lugano in Svizzera e uno, fresco d'inaugurazione, a Boston negli Stati Uniti.

Il costo per la conservazione delle staminali presso la Biocell Center bustocca è davvero per tutte le tasche. Bastano infatti 980 euro e le preziose staminali finiscono sotto azoto liquido per 19 anni. A conti fatti un euro alla settimana.

Un investimento che non patisce la svalutazione e può salvare la vita.



# DIVERTITEVI CI PRENDEREMO CURA DI VOI



## TERME DI SALSOMAGGIORE E DI TABIANO *your own aqua - therapy*

SALUTE CON LE NOSTRE ACQUE TERMALI. L'acqua salsobromoiodica e quella sulfurea: preziose risorse le cui proprietà e il corredo di principi attivi le rendono uniche in Italia, tra le migliori in Europa. Insieme rappresentano la fonte di un naturale benessere che vi invitiamo a scoprire presso le Terme di Salsomaggiore e di Tabiano: qui ci adoperiamo per interpretare e rispondere con le soluzioni più mirate a ogni vostro problema di salute, alle richieste di bellezza e giovinezza della pelle, alle esigenze più specifiche dell'apparato respiratorio. Il vostro piacere di stare bene si rigenera, dando spazio a una serena vitalità che dura nel tempo. Con il valore di una competenza che si rispecchia nella qualità delle nostre acque, è così che ci prenderemo cura di voi.

# Ebru Danyal

*Un mondo fantastico e gioioso, in cui i sogni prendono forma e si trasformano in veri e propri piccoli tesori*

**Ebru Danyal di AI BIJOUX si aggiudica il primo premio the best of bijoux all'ultimo Macef**

Siamo lieti che tra i nostri nuovi clienti ci sia **Ebru Danyal** è una giovane stilista di Istanbul, inizia nel 2003 - a soli 22 anni - a disegnare gioielli in esemplare unico. Nello stesso anno, crea il marchio con il suo stesso nome e avvia in laboratorio la serie di oggetti riproducibili dedicando a ogni singola realizzazione tutta se stessa, anima e cuore. La giovane stilista ha già riscosso grande successo e molti giornali si sono già occupati di lei, apprezzandone lo stile fresco e vitale.

Ebru Danyal ha inoltre conquistato anche la giuria del **concorso The Best of Bijoux** all'ultimo Macef. Alla sua sognante creatività è andato infatti il **primo premio per il miglior bijoux/accessorio moda ispirato al mondo fiabesco**: collana e bracciale legati al mondo Disney e in particolare alla figura di Bambi e ai temi dell'ambiente.

Una ragazza animata da una forte passione e un grande amore per la vita, che si riflettono nei suoi gioielli: capolavori unici, in cui **la cura per i dettagli e la femminilità si sposano in un pieno trionfo della gioia di vivere**.

Veri e propri sogni a occhi aperti, in cui forme e colori trasmettono energia giocosa, con un forte richiamo al mondo dell'infanzia e alla sua spensieratezza.

Ogni donna racchiude nella sua intimità la bambina che è stata un tempo ed Ebru desidera proprio che questa fanciulla riemerga in tutta la sua leggerezza e vitalità. Sarà per questo che uno dei colori che Ebru preferisce è il rosa.

Anche i materiali ripropongono il sapore dell'infanzia, degli accessori delle bambole, dei finti brillanti, delle catenine in simil oro e dei nastri di raso.



Recentemente Ebru ha aperto il primo negozio monomarca a Bodrum, rinomata località balneare sulle coste della Turchia. Le collezioni hanno una distribuzione a livello mondiale e i suoi gioielli sono particolarmente apprezzati dal jet set di Istanbul.

Ebru Danyal è distribuita in esclusiva in Italia da Albijoux e rivenduti nei migliori punti vendita di accessori e abbigliamento.

Primo Premio "**Miglior Bijoux ispirato al mondo fiabesco**" - Macef sett. 2009  
Premio per il "**Miglior Design di accessori**" - Bijorhca Paris - 2008

# London

JUNE 16<sup>th</sup> 2007, 6.00 PM / 66° F MOSTLY SUNNY  
SUNRISE: 4:44 AM / SUNSET: 9:22 PM

Armadio al Centimetro Lema, everyday Italian design



AD: GraphX\_photo: Sami Caleca Styling: Patrizia Cantarella

numero verde 800 233 752

**LEMA**  
lemamobili.com



“ **Io? Con TENA**  
**mi sento sempre**  
**a mio agio.** ”

Perdite urinarie? Possono capitare. Oggi però puoi scegliere una **nuova soluzione**: TENA Lady Normal, Extra e Maxi ti offrono un'assorbenza ancora più rapida per farti sentire asciutta e sicura di te, rispettando con delicatezza la tua pelle. In più, il sistema Odour Control™ di TENA Lady ti protegge dagli odori, facendoti sentire ancora più a tuo agio. TENA Lady ti offre una **soluzione adatta** a ogni tipo di esigenza e ti protegge in **tutte le situazioni**, lasciandoti libera di vivere come vuoi.

**Molte donne li usano già. E tu?**

È un dispositivo medico CE. Autorizzazione del 06/02/2009.



# Sai che..

Notizie utili e piccole curiosità

RUBRICHE

## Si può allattare con il seno rifatto?

Vero o falso. Qual è il seno naturale e quello rifatto? Per scoprirlo, clicca qui. Dipende. Se il seno è stato "aumentato" sì: l'intervento di mastoplastica additiva (che permette di correggere la forma e di aumentare il volume delle mammelle) consiste infatti nell'inserimento di una protesi (un "sacchetto" di silicone di volume variabile tra i 120 e i 450 centimetri cubici) in una "tasca" creata dal chirurgo dietro il muscolo pettorale, oppure tra la ghiandola mammaria e il muscolo. La ghiandola, l'areola (che sta attorno al capezzolo) e il capezzolo stesso non vengono coinvolti dall'intervento e continuano a funzionare.

Ma se si riduce... Diverso è il caso della mastoplastica riduttiva, praticata per ridimensionare mammelle troppo grandi: alcuni tipi di intervento richiedono lo spostamento di capezzolo e areola, che vengono rimossi e poi reimpiantati. In questi casi (pochi rispetto agli interventi riduttivi), la perdita della sensibilità e della funzione nutritiva del capezzolo è totale.

## La tv fa sembrare più grassi?

Sì, di 2-3 kg. Non solo: in tv, ma anche al cinema, le persone sembrano anche più alte. Basti pensare a Tom Cruise, che non supera il metro e 70.

Le distorsioni possono anche verificarsi in diversi passaggi (dalla cattura dell'immagine, alla processazione, alla sua fruizione). Per esempio, le ottiche delle camere (in particolare i grandangolari) fanno apparire più piccola o più grande una figura e possono alterarne le proporzioni.

Televisori e formati. Altre distorsioni sono dovute al televisore stesso: in passato, prima dell'inizio delle trasmissioni, la Rai mandava un segnale di test chiamato monoscopio che serviva, tra le altre cose, a tarare correttamente la "geometria" di un ricevitore tv. Ora che non viene più trasmesso è impossibile sapere se il proprio televisore è efficiente nel mantenimento delle proporzioni, che tra l'altro tendono a peggiorare nel tempo, specie negli apparecchi a tubo catodico.

Tecnologia moderna. Oggi, infine, errori di riproduzione possono verificarsi per via della coesistenza dei diversi formati televisivi, come per esempio i 4/3 o i 16/9. Ognuno ha specifiche proprie riguardo alle proporzioni. La diversa natura dei segnali e la loro conversione da un formato all'altro possono creare distorsioni.



Da oggi se hai bisogno di una baby sitter per una sera, puoi pagarla con i buoni lavoro.

Buoni lavoro. Semplici, veloci e trasparenti.

Da oggi i rapporti di lavoro occasionali di tipo accessorio sono coperti da assicurazione e garantiscono i contributi pensionistici. Basta usare i buoni lavoro: il datore li ritira all'Inps e il lavoratore li riscuote alle Poste.



WWW.INPS.IT WWW.LAVORO.GOV.IT

Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali





### Dietro gli occhi le tracce dei ricordi

Nello sguardo sono racchiuse tutte le scene e i volti della nostra vita, anche se non li ricordiamo più.

E' questa in sintesi la scoperta fatta dai ricercatori dell'Università della California e pubblicata sulla rivista "Neuron". Durante lo studio, gli esperti hanno osservato la relazione tra l'attività dell'ippocampo (il cui ruolo è fondamentale per la memoria a lungo termine) e quella dei movimenti oculari.

La ricerca ha messo in evidenza che **gli occhi si soffermano di più su un volto o un oggetto già visto**, anche se fondamentalmente non ricordano né dove né quando dimostrando così, che i ricordi esistono anche se noi li abbiamo dimenticati.

### "Long Life Battery" di Hp, le batterie che durano di più e danneggiano meno l'ambiente

Long Life Battery sono le nuove batterie per notebook di Hp, che offrono una maggior



durata e minor impatto ambientale. Grazie ai nuovi dispositivi, l'utente potrà avere a disposizione un prodotto, presentato dall'azienda

come in grado di offrire una durata tre volte maggiore rispetto alle batterie tradizionali. Basate sulla tecnologia Sonata Lithium-ion di Boston Power agli ioni di litio, le nuove batterie di Hp possono essere caricate più di 1.000 volte prima che la capacità incominci a degradarsi. Ciò equivale a una carica al giorno per tre anni - quattro anni; inoltre, possono essere caricate al 90 per cento della capacità in 90 minuti. La batteria a lunga durata offre anche vantaggi a livello ambientale, come l'esigenza di sostituire le batterie meno frequentemente, e la minore necessità di smaltimento. Boston Power ha ricevuto il riconoscimento Nordic Ecolabel per la produzione di batterie ricaricabili Li-ion. I clienti Hp in possesso di notebook compatibili, cioè i modelli Hp EliteBook 6930p e HpCompaq 6730b, 6530b e 6735b, possono acquistare le batterie Hp Long Life Battery per sostituire quelle esistenti o utilizzarle come batterie di scorta per i lunghi viaggi, senza dover apportare nessun cambiamento di sistema.

La batteria Hp Long Life Battery è disponibile al prezzo consigliato al pubblico di 139 Euro, iva esclusa.

### Esistono cani che non abbaiano?

Cani da compagnia... molto silenziosi. Sì: il **basenji** è un cane che non abbaia. Ma questo non significa che sia muto. In generale è un animale silenzioso e i suoi versi sono molto particolari: assomigliano a quelli dell'anatra e un po'... allo jodel, il canto tipico del Tirolo. Il motivo? La strana forma della sua laringe.

Il luogo di origine di questa razza è l'Africa centrale (e detto infatti anche "cane del Congo" e il suo nome in lingua bantu significa "indigeno"); i primi esemplari arrivarono in Europa, per la precisione nel Regno Unito, negli ultimi anni dell'800. Ma il basenji, animale da caccia e da compagnia, era già noto agli antichi Egizi nel III millennio a. C. ed è infatti raffigurato in alcune tombe.

**Come riconoscerli?** Le femmine sono alte, da 38 a 41 cm e pesano dai 9 ai 10 kg; i maschi, da 41 a 43 cm e da 10 a 12 kg. I colori sono vari (bianco rosso, bianco bruno, tigrato).

La razza è ufficialmente riconosciuta dall'Enci, l'Ente nazionale della cinofilia italiana, come appartenente al gruppo 5, cioè ai cani di tipo primitivo (come podenco portoghese e cimeco dell'Etna) e spitz (husky, samoiedo, volpino italiano ecc.).



### Per quanto tempo si può fare a meno di andare di corpo?

L'atto dell'evacuazione è molto soggettivo e dipende dal tipo di alimentazione, dalla quantità di fibre ingerite, dallo stile di vita, dall'attività fisica. L'attività è regolare se espletata 3-4 volte a settimana.

Può anche capitare, come fatto isolato, che si evacui una sola volta in una settimana, come accade quando si è in vacanza e si cambiano abitudini alimentari e orari.

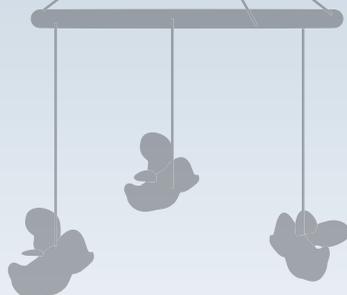
Un caso limite: agli astronauti, se non introducono fibre, può accadere di andare di corpo una volta in un mese. Ma non fa bene: nei casi gravi si arriva a dolori cronici e occlusione intestinale.



### Grasse risate per dimagrire

Perdere peso è un problema? **Rideteci su!** In un'ora di risate infatti, si bruciano le stesse calorie consumate in 30 minuti di sollevamento pesi. Lo sostiene uno studio inglese condotto dalla neuroscienziata **Helen Pilcher** e pubblicato lo scorso gennaio sul sito del quotidiano britannico Daily Mail. Durante una schignazzata aumenta il battito cardiaco e si contraggono i muscoli addominali: un mini lavoro aerobico che se svolto con costanza, secondo la ricercatrice, farebbe perdere anche una taglia in un anno.

# Una magia di emozioni uniche



## IL BAGATTO

*un momento per voi*



A Montalcino, nel cuore della migliore tradizione vitivinicola italiana nasce Il Bagatto, un grande vino dal respiro internazionale in cui Cabernet, Merlot, Petit Verdot e Sangiovese, vinificati e invecchiati separatamente per 20 mesi in barriques di rovere francese si uniscono per creare la magia di un magnifico vino bordolese.

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

SCOPONE



MONTALCINO

# QuarantaSettimane

QuarantaSettimane è una giovane e dinamica società focalizzata su prodotti di design per mamme e bambini in cui il colore è l'elemento distintivo che contraddistingue i prodotti.



Per informazioni:  
[info@40settimane.it](mailto:info@40settimane.it)  
[www.40settimane.it](http://www.40settimane.it)

## MILKSHIRT

*Per allattare dove vuoi, quando vuoi*

**Milkshirt**, l'unica maglietta brevettata che consente di allattare senza scoprire il seno, presenta i nuovi modelli moda limited edition.

La praticità del sistema up&down è oggi ancora più elegante grazie agli esclusivi dettagli moda della nuova collezione:

- collo a barchetta: ideale per la stagione estiva;
- cucitura ondulata per essere belle anche subito dopo il parto;
- manica a gomito;
- colori estivi: corallo e glicine.

Disponibile, nei migliori negozi specializzati per la prima infanzia, nelle taglie small, medium e large.

Prezzo al pubblico consigliato: €36,00.



MILKSHIRT

## BABYHUG

*Stop alle pericolose acrobazie al momento del bagnetto!*



BABYHUG

**Babyhug** è il rivoluzionario e pratico telo spugna che si allaccia intorno al collo di mamma o papà e consente di fare il bagnetto al bebè garantendo:

- di avere le mani sempre libere;
- di fare uscire il bebè dal bagnetto in modo sicuro senza che possa scivolare;
- di avere abiti sempre asciutti;
- di avvolgere completamente il bebè in un morbido abbraccio, grazie alle sue dimensioni extra large e al soffice cotone di pregio in cui è realizzato.

Babyhug è disponibile nei seguenti colori:

- rosa;
- azzurro;
- sabbia.

Design Italiano.

Colori e tessuti certificati atossici

È possibile trovare Babyhug nei migliori negozi specializzati in prodotti per la prima infanzia.

Prezzo consigliato €36,00.

## DUCCIO

### Lo sterilizza ciuccio

Da oggi QuarantaSettimane pensa anche ai più piccoli! Con la consueta attenzione alla forma, al design e al colore, QuarantaSettimane lancia un prodotto unico e innovativo, pratico e bello al tempo stesso!

Da oggi le mamme potranno sentirsi più sicure con **Duccio lo sterilizza ciuccio**. Il ciucciottino è il più facile e involontario veicolo di trasmissione di germi, virus e batteri: per questo motivo è fondamentale la sua pulizia.

Duccio è uno sterilizza ciuccio che, in soli 6 minuti, grazie alla sterilizzazione dei raggi UV-C ed ozono è in grado di sterilizzare il ciuccio con una efficacia certificata al 99,99% senza dover ricorrere a sostanze chimiche disinfettanti o vapore bollente.

**Duccio** è ideale per mamme e bambini perché è:

- **pratico**: la mamma può portarlo sempre con sé grazie alle sue ridotte dimensioni;
  - **veloce**: bastano 6 minuti per sterilizzare un ciuccio;
  - **sicuro**: efficacia garantita e certificata al 99,99%;
  - **comodo**: funziona con sole due pile stilo;
  - **simpatico**: è disponibile in colori brillanti (rosso, blu, verde);
- Disponibile nelle migliori farmacie e nei migliori negozi di prima infanzia.

Prezzo al pubblico consigliato: €22,00.



DUCCIO



BABYWRAP

## BABYWRAP

### Antica saggezza stile contemporaneo

**Babywrap**, la pratica, comoda e versatile fascia porta bebè di QuarantaSettimane non smette di stupire.

Il nostro slogan "Antica saggezza, stile contemporaneo" è oggi più che mai confermato:

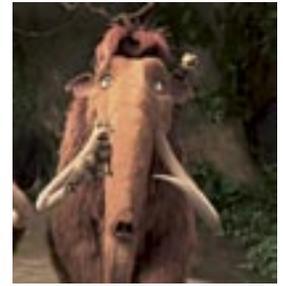
**Antica saggezza** perché, come si faceva un tempo, consente il mantenimento del contatto fisico e visivo tra mamma e bebè conciliando il sonno e placando il pianto e, al contempo, garantisce alla mamma di avere le mani libere per svolgere le normali attività quotidiane. Il bebè, inoltre, mantiene sempre una postura ottimale in base alla sua età ed alla posizione scelta.

**Stile contemporaneo** perché noi di QuarantaSettimane non vogliamo che le mamme rinuncino alla praticità e all'eleganza odierni.

Visto il grande successo della collezione continuativa di BabyWrap (nei colori grigio perla, viola zen, blu oceano e rosso ciliegia) abbiamo deciso di creare **una nuova fantasia rigata disponibile in edizione limitata: grigio-blu e grigio-bianco**.

Disponibile, nei migliori negozi specializzati per la prima infanzia.

Prezzo al pubblico consigliato: €79,00.



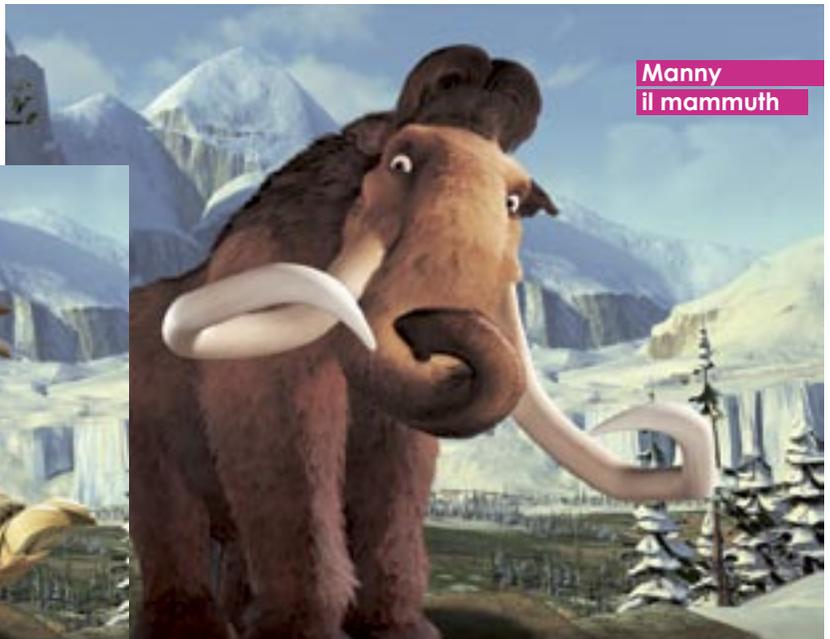
# L'ERA GLACIALE 3 L'alba dei dinosauri



I protagonisti de "L'era glaciale 3 - L'alba dei dinosauri"

*Terzo capitolo della saga glaciale: divertente e condito di riferimenti alti, con un uso superfluo del 3D.*

Un film d'animazione del 2009, diretto da Carlos Saldanha e sceneggiato da Michael Berg e Peter Ackerman. Il film è uscito nelle sale cinematografiche statunitensi il 1° luglio 2009, mentre nelle sale cinematografiche italiane è uscito il 28 agosto 2009. Ad Ischia, nel corso dell'Ischia Global Film Festival è uscito nella settimana tra il 12 e il 19 luglio riscuotendo molto successo sia tra i bimbi che tra gli adulti.



Manny  
il mammoth



Sid  
il bradipo

## Trama

Manny ed Ellie aspettano il loro primo cucciolo, e il possente mammoth è in brodo di giuggiole. Non si accorge, quindi, dell'imbarazzo malinconico di Diego e di Sid che decidono di allontanarsi, non potendo condividere la realtà della famiglia.

Il bradipo, nelle sue peregrinazioni, cade in una grotta sotterranea nella quale trova tre uova che, in un impeto di gelosia mascherata da affetto paterno, decide di adottare. Senonché, si rivelano essere uova di tirannosauro, in alcun modo abbandonate dalla madre, la quale, risalita in superficie, le rivendica. Riporta quindi nel proprio mondo sotterraneo i tre bebé e anche Sid, che i piccoli preferiscono alla madre. La grotta sotterranea si rivela essere un mondo nascosto dove i dinosauri si sono salvati dalla nota estinzione di massa cretacea. Manny e la gravida Ellie, Diego e i due opossum decidono di entravi per salvare Sid, qui fanno conoscenza con l'eccentrico Buck che fa loro da guida. Scrat trova l'amore ovvero Scratina.

## Produzione

Dopo il grande successo de "L'era glaciale 2: il disgelo", la produzione, in accordo con il regista **Carlos Saldanha**, aveva deciso di creare un ulteriore terzo capitolo, così per dar vita ad una trilogia. Gli sceneggiatori **Michael Berg e Peter Ackerman**, furono incaricati di preparare una stesura che sarebbe stata incentrata sui dinosauri. Il film è uscito in America il 1 luglio 2009 e in tutto il mondo dall'agosto in poi (anche in formato Digitale 3D).



## L'ERA GLACIALE (2002)

L'era glaciale è un film d'animazione del 2002, basato su un racconto di Michael J. Wilson. Creato negli Blue Sky Studios e prodotto da 20th Century Fox, è stato diretto da Carlos Saldanha e Chris Wedge. Il film d'animazione è uscito nelle sale negli Stati Uniti d'America il 15 marzo 2002, mentre in Italia nelle sale il film è uscito il 24 aprile 2002.



### Trama

Pianeta Terra, 20000 anni fa, all'inizio dell'era glaciale. Un branco di tigri dai denti a sciabola, comprendente il capo Soto, Diego, e altri, attacca un gruppo di neandertaliani. Per salvarsi una donna si getta in un fiume con il proprio bambino, ma è trascinata dalla corrente e riesce con difficoltà a deporlo sulla riva. Soto ordina di trovare il bambino e portarglielo vivo. Nel frattempo tutti gli animali stanno affrontando l'imminente era glaciale migrando verso zone più calde. Il bradipo Sid, abbandonato dalla famiglia, viene salvato dall'attacco di due brontoteri da parte di Manfred, uno degli ultimi mammut. Per non essere più solo, Sid decide di seguire Manfred, che non sembra apprezzare la cosa.

Sid e Manfred trovano il bambino sulla riva del fiume e decidono di riportarlo alla sua tribù, che nel frattempo si è trasferita. Diego, ancora a caccia del bambino, si offre per condurre i due agli umani, con l'intenzione però di tendergli un'imboscata assieme al branco. Il gruppo con il bambino avanza tra differenti ambienti e situazioni esilaranti. Attraversando una grotta ghiacciata i tre scoprono una serie di strani oggetti, tra cui un Tirannosaurus rex congelato, graffiti, la storia evolutiva del bradipo e perfino un disco volante. Le avventure umane vissute colpiscono Diego, che si converte in personaggio buono, decide di non consegnare il bambino al suo branco e di condurre Sid e Manny agli umani, dopo avere confessato le iniziali intenzioni.

Nel finale del film, Diego, Manny e Sid sconfiggono il branco di tigri con la vittoria di Manny per aver ucciso il capo Soto, consegnano il bambino nelle mani del padre e prendono la via del sud per sfuggire al freddo imminente.

Parallelamente alla trama principale, nel film appare periodicamente la vicenda di uno scoiattolo di nome Scrat che tenta in tutti i modi di proteggere e nascondere la sua amatissima ghianda per il futuro.

Inevitabilmente però la perde o si ritrova in situazioni assurde ed esilaranti. In una sequenza all'inizio del film provoca una valanga cercando di conficcare la ghianda nel ghiaccio, poi viene colpito da un fulmine. In chiusura del film, dopo essere rimasto incluso in un blocco di ghiaccio per 20000 anni, approda su un'isola dove provoca un'eruzione vulcanica cercando di seppellire una noce di cocco.

Il personaggio ha avuto un proprio cortometraggio da protagonista dal titolo Gone Nutty, in cui perde e cerca di recuperare la sua collezione di ghiande ed al termine causa la nascita dei continenti.

# Carlos Saldanha

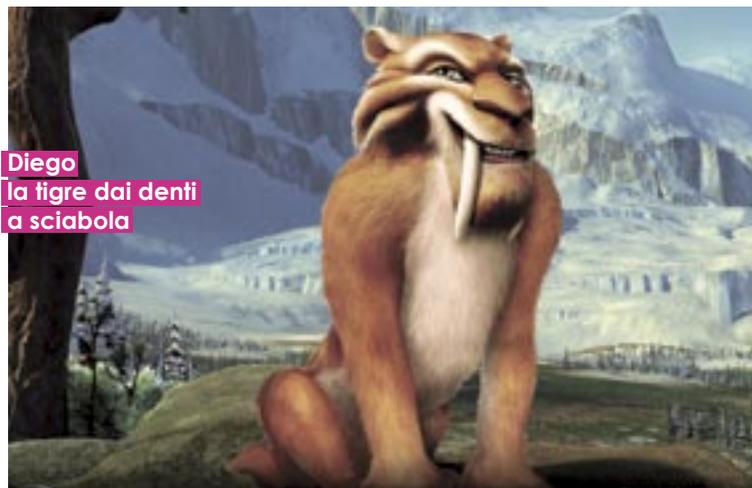
L'autore de "L'era glaciale"

## Gli esordi

Nato nel 1968 a Rio de Janeiro, **Carlos Saldanha** é attualmente uno dei più quotati registi di film d'animazione negli Stati Uniti. Dopo una laurea in animazione alla School of Visual Arts di New York, Carlos integra gli studios di animazione Blue Sky nel 1993. Dirigerà le scene di animazione di "Joe's appartamento" con Chris Wedge (fondatore di Blue Sky) e "Un semplice desiderio" (1997). Nel 1999 per David Fincher dirige la bizzarra, ma notissima, scena del pinguino nel ghiaccio in "Fight Club".

## L'era glaciale

Il 2002 é l'anno in cui sfonda sulla scena internazionale: sempre con Chris Wedge co-dirige "L'era glaciale" ed è un successo. Distribuito dalla 20th **Century Fox**, "L'era glaciale" é uno dei film di animazione di più grande impatto della storia, capace di adombrare i quotatissimi film Disney o Pixar. E' la terza pellicola come successo al botteghino nella storia dell'animazione, dietro solo a "Monsters & Co" e "Toy Story 2". Sulla scia del successo, nel 2002 Carlos dirige il corto di cinque minuti "Gone Nutty" per cui viene candidato agli Oscar. Nel 2005 un se-



Diego  
la tigre dai denti  
a sciabola

condo sforzo con Chris Wedge, quello di dirigere "Robots". Robots non é un successo ma é solo un riscaldamento prima de "L'era glaciale 2 - Il disgelo" (2006), questa volta diretto in solitario da Saldanha, si rivela un secondo campione d'incassi. Contrariamente alle aspettative il secondo capitolo é forse ancora più divertente del primo. Carlos si diverte e lo dimostra interpretando nella versione americana il Dodo (grossa gallina estinta un secolo fa). Nel 2009 arriva il terzo capitolo della serie: "L'era glaciale 3 - L'alba dei dinosauri". Condito di citazioni per far contenti anche i genitori il film é divertente ma inizia a mostrare le prime debolezze. Il brasiliano Carlos Saldanha ha d'altra parte in pre-produzione un nuovo lavoro d'animazione intitolato Rio, previsto per il 2011.



Il Regista  
Carlos Saldanha

## SCHEDA TECNICA

**Titolo originale:** Ice Age: Dawn of the Dinosaurs

**Lingua originale:** Inglese

**Paese:** USA

**Anno:** 2009

**Durata:** 94 min

**Audio:** sonoro

**Genere:** animazione, avventura, commedia

**Regia:** Carlos Saldanha

**Soggetto:** Michael Berg, Peter Ackerman

**Sceneggiatura:** Michael Berg, Peter Ackerman

**Produttore:** John C. Donkin, Lori Forte

**Casa di produzione:** Blue Sky Studios

**Storyboard:** John E. Hurst, Tony Maki, Moroni

**Animatori:** Mark Curnell Harris, Robert Huth, Leif Jeffers, Robin Luera, Gregory Rizzi

**Musiche:** John Powell

## DOPPIATORI

**Doppiatori originali:**

**Ray Romano:** Manfred, il mammoth

**John Leguizamo:** Sid, il bradipo

**Queen Latifah:** Ellie, la mammoth

**Denis Leary:** Diego, la tigre dai denti a sciabola

**Josh Peck:** Eddie, l'opossum

**Seann William Scott:** Crash, opossum

**Simon Pegg:** Buck, la donnola

**Chris Wedge:** Scrat, lo scoiattolo dai denti a sciabola

**Doppiatori italiani:**

**Leo Gullotta:** Manfred

**Claudio Bisio:** Sid

**Roberta Lanfranchi:** Ellie

**Pino Insegno:** Diego

**Lee Ryan:** Eddie

**Francesco Pezzulli:** Crash

**Massimo Giuliani:** Buck



Manny,  
Ellie e Diego  
in una scena del film

## L'ERA GLACIALE 2 - IL DISGELO (2006)

### Trama

Il trio formato da Sid, Manny e Diego, se la spassa in un "parco acquatico". Grazie a Sid, scoprono che il luogo dove si trovano, verrà presto sommerso a causa dello scioglimento dei ghiacci. Hanno una sola possibilità di salvarsi: raggiungere una barca che si trova all'estremità opposta della conca.



Nel film si narra del viaggio, accompagnato alla storia di Manny, che rifiuta il fatto di essere l'ultimo mammut. Fra i protagonisti compariranno due nemici: due mostruosi rettili marini risvegliati dal disgelo.

I tre incontrano una mammut, Ellie, insieme ai suoi "fratelli" opossum Crash ed Eddie, si crede anch'essa una opossum. Manny, felice di aver dimostrato a tutti di non essere una specie estinta. Il giorno dopo i protagonisti vedono una barca gigantesca sopra una collina e tutti gli altri animali intenti a salirci su. Accade un imprevisto: fra loro e la barca c'è una zona di geysir. Manny vuole passare tra i geysir perché afferma che durante il tempo di fare il giro, la diga cederà, ma Ellie vuole fare il giro lungo; i 2 si dividono. Manny, Sid e Diego riescono ad attraversare i geysir e poi chiedono agli altri animali se hanno visto Ellie, ma intanto la diga cede e l'inondazione ha inizio. Tutti gli animali si affrettano a salire, Manny rimane fermo per accertarsi che salgano tutti, intanto Ellie rimane bloccata in una grotta insieme ai 2 fratelli, che però riescono ad uscire e vanno a cercare aiuto. Nessuno li ascolta, ma i 2 opossum incontrano Manny e gli spiegano l'accaduto e il mammut si affretta a salvare Ellie, con lui ci sono anche Sid e Diego. Quando arrivano alla grotta sopraggiunge anche l'inondazione: i 2 opossum finiscono sopra un albero che emerge a stento all'acqua e Manny cerca di aprire la grotta con un tronco. Intanto Sid si tuffa per salvare gli opossum, ma batte la testa e perde conoscenza, così i due opossum lo afferrano e lo tengono a fatica, ma improvvisamente Diego supera le sue paure e si tuffa, salvando Sid e gli opossum. Nel frattempo arrivano anche i 2 rettili marini che attaccano Manny, ma quest'ultimo si mette vicino al tronco, i mostri lo caricano, Manny si scansa e così i mostri spingono il tronco e aprono l'uscita, mentre un blocco di pietra gli cade sulla testa, spingendoli in profondità. Ellie è salva, così come tutti gli altri! A questo punto Scrat involontariamente spacca in due la barriera di ghiaccio e le acque defluiscono. Tutti gli animali giocano ed esultano per la felicità. Ma le sorprese non sono finite: un intero branco di mammut fa la sua comparsa! Manny ed Ellie capiscono di non essere gli ultimi, si dichiarano il loro amore e si uniscono al branco di mammut, insieme a Crash e Eddie, mentre Sid e Diego rimangono soli. Ma Manny ed Ellie decidono di andare con Sid e Diego, e così i 6 animali partono in cerca di nuove avventure.

Solo per Scrat le cose non finiscono bene: verso la fine del film sta per morire annegato e raggiunge il paradiso, un luogo disseminato di ghiande e con una gigantesca "ghianda divina" al centro! Ma proprio mentre sta per toccare quella ghianda paradisiaca, Sid lo rianima con la respirazione artificiale, negandogli così il suo più grande compenso. Il film si conclude con Scrat infuriato, che insegue Sid picchiandolo.

8 0 0 6 3 3 2 2 3  
jeepgrandcherokee.it

Jeep® è un marchio Chrysler Group LLC.

Consumi: 10,3 litri/100 km (ciclo combinato). Emissioni CO<sub>2</sub>: 272 g/km.



PentaMark

## JEEP GRAND CHEROKEE. ADESSO IL MONDO È PIATTO.

Raffinato e impeccabile su strada, sa quando lasciare spazio alla potenza grazie a un motore 3.0 V6 turbodiesel Common Rail da 218 CV con filtro antiparticolato. Esclusivo sistema di trazione Full-Time Quadra-Drive II®, per affrontare con la massima sicurezza qualsiasi terreno. Pienamente appagante con gli innovativi sistemi UConnect®, il climatizzatore automatico e i prestigiosi interni. Scegliete tra la lussuosa versione Overland, la sportiva S Limited e la completa Laredo. Da 45.650 euro. **JEEP GRAND CHEROKEE. SPINGETEVI OLTRE.**

**Jeep**  
THERE'S ONLY ONE

# Provati per voi...

RUBRICHE  
TRATTORIE

Piccola guida ad alcune trattorie tipiche italiane



## Tre Merli

Il ristorante Tre Merli è un locale storico di Trieste gestito da 10 anni da Franz, Walter e Silvano. Tutti i vip che passano da Trieste vengono a fare visita ai Tre Merli: l'unico locale ad avere una terrazza sul mare con vista sul castello di Miramare. Specialità di pesce e grandi buffet con circa 60 piatti diversi, pasta fresca e ottimi dolci fatti in casa. Chiuso il lunedì. Aperto tutto l'anno. Viale Miramare, 42 a - Trieste - Tel. 040 410884

## Ristorante Alla Lega

Situato nel centro storico di Arco è considerato il locale che vanta la più antica tradizione gastronomica dell'alto Garda.

La collocazione nel palazzo dei Conti D'Arco, costruito agli inizi del 1500, lo privilegia anche dal punto di vista architettonico, con sale affrescate e cortile d'epoca. La gestione, iniziata da "Mamma Andreina" nel 1956, ha visto alternarsi in cucina tre generazioni ma ha sempre cercato di non perdere di vista "la ricerca del buon gusto antico". Per cui troveremo sempre carne "salada" cruda e cotta con "fasoi", la trota "en saor", la trippa in brodo, "l'orzet" alla trentina, gli "Strangolapreti" al burro fuso e salvia, le tagliatelle alla lepre, il coniglio e il capriolo con polenta e funghi, la torta di carote e lo strudel di mele.

Via Vergolano, 8 - 38062 - Arco Trento - Tel.0464 516205

## Al Bocaletto

Un locale accogliente dove poter assaporare un grand numero di delizie e specialità, in grado di offrire alla clientela tantissime proposte tutte all'insegna del gusto e della genuinità. Il menù è ampio e variegato, con piatti di mare e di carne, impiegando prodotti selezionati per offrire solo e soltanto il meglio. Via allora a portate freschissime, senza dimenticare gli squisiti dolci e le numerose pizze riccamente farcite, il tutto accompagnato da una valida carta dei vini in grado di combinare abbinamenti che esaltano la maestria della cucina e la freschezza del prodotto. Particolarmente indicato per chi ama la buona tavola immerso in una piacevole atmosfera.

Via di Torrevecchia, 302 - 00168 - Roma - Tel.06 3507339

## Ristorante "A Massaria"

Un luogo particolarmente accogliente, dove gustare una squisita cucina tipica siciliana e ghiotte pizze, accompagnati da musica folkloristica. E' specializzato nell'accoglienza per congressi, offrendo incentives e un servizio curato in ogni minimo particolare per ogni evento, presentazione o sistemazione. Particolarmente Indicato per congressi, matrimoni, meetings.

Catering in ville d'epoca.

Via Arancio, 6 - 98039 - Trappitello Taormina (ME) - Tel. 0942 58068

## Ristorante Cocò

Ai piedi della torre di Michelangelo, sorge dal 1951 il ristorante "Cocò Mare": un piccolo, nuovo paradiso all'ombra del Castello Aragonese, nell'incomparabile scenario degli scogli di Sant'Anna. Un ambiente esclusivo per trascorrere splendide giornate di mare e sole, in una delle zone più incontaminate dell'Isola Verde. Vi si accede dall'antico sentiero in Via Nuova Cartaromana, sia vai mare, con l'ausilio delle tipiche lance ischiane in partenza dal Piazzale delle Alghe di Ischia Ponte e da Via Pontano. Un ristorante dove assaporare gustosi piatti a base di pesce: spaghetti con le vongole, con le cozze, pesce all'acquapazza, frittura di paranza, alici marinate, le lumachine di mare al sugo,...

Via Aragonese, 1 - 80070 - Ischia Ponte (NA) - Tel.081 981823



Tutte a base  
di ZUCCA

## Gnocchi di zucca

CATEGORIA: Primo piatto

### INGREDIENTI

Zucca, farina, uova, formaggio grattugiato, burro, erba salvia. Per le dosi calcolate che per 500 gr. di polpa di zucca cotta servono 100 gr. di farina e 1 uovo e a seconda delle porzioni escono dai 2 ai 4 piatti, dipende da voi.

### PROCEDIMENTO

Per prima cosa pulire la zucca dalla buccia e dai semi, tagliarla a fette alte 1 cm, disporle (foglio di carta da forno) su una placca da forno, salare e infornare a 160° per circa 20/30 minuti (il tempo può cambiare in base allo spessore della zucca, potete aprire il forno e controllare, quando con una forchetta schiacciate tranquillamente la zucca è pronta), levare dal forno e far raffreddare. Ora potete schiacciare la zucca con una forchetta oppure potete metterla in un robot da cucina oppure passarla con un setaccio, l'importante è ottenere una polpa cremosa, unire la farina, l'uovo, formaggio grattugiato, sale, pepe e amalgamare bene il tutto.

Mettete una pentola capace con acqua sul fuoco, salate e portate a bollore, preparate intanto un tegame con del burro ed erba salvia. Il composto è morbido quindi avete 2 possibilità, o usate 2 cucchiaini oppure un sac à poche con 2 cucchiaini vengono più grossi col sac à poche vengono più piccoli come in foto, vedete voi, in pratica per chi non è pratico con 1 cucchiaino si prende un pò di composto e con l'altro cucchiaino lo si fa scivolare nell'acqua bollente, occorre essere un pò veloci, quando vengono a galla sono pronti come gli gnocchi di patate, quindi è normale che non potete levarli tutti insieme ma a mano a mano che affiorano e si passano direttamente nella pentola col burro e salvia.

Spolverare di formaggio grattugiato, grana padano o parmigiano reggiano come preferite e servire.

## Sformato di zucca con erbe e acciughe

CATEGORIA: Secondo piatto

### INGREDIENTI

- Besciamella 1/3 di litro  
- purea di zucca 400 gr  
- formaggio grattugiato 40 gr  
- sale, pepe, noce moscata  
- 3 uova  
- Erbe  
- aglio e acciughe

### PROCEDIMENTO

Cuocere la zucca al forno, quindi eliminare la buccia e i semi, tagliatela a fette di 1 cm e metterla su una placca con un foglio di carta da forno, infornate a caldo per 30 minuti a 165 gradi, in questo modo cuocerà lentamente senza prendere colore e resterà morbida; passatela al setaccio, preparare la besciamella, unire la zucca alla besciamella, unire le uova, il formaggio e insaporire con sale, pepe e noce moscata.

Mettere il composto in stampini imburrati e spoverati con formaggio grattugiato come in foto, mettere gli stampini a bagno maria quindi in una placca da forno e unire acqua fino a 3/4 dello stampino, coprire la placca e infornare per 45 minuti. Far intiepidire prima di sformarli.

Per la salsa di erbe far imbiondire in un tegame dell'aglio con olio extravergine d'oliva e 2 acciughe sott'olio, unire le erbe lavate e spezzettate, poco sale, spadellare 2 minuti, unire qualche cucchiaino di acqua fredda e frullare.

Disporre la salsa sul piatto e mettere al centro lo sformato su un crostino in modo che stia fermo e non si inzuppi di salsa.

## Soufflè di Zucca e formaggio

CATEGORIA: Secondo piatto

### INGREDIENTI

- besciamella 1/3 di litro  
- 5 uova  
- 100 gr. di formaggio a pasta semidura  
- 50 gr. di parmigiano grattugiato  
- purea di zucca 200 gr.

Dosi per: 6 persone

### PROCEDIMENTO

Cuocere la zucca al forno come spiegato per lo sformato di zucca. Una volta cotta passatela al setaccio e tenete da parte.

Preparate una salsa besciamella abbastanza densa, direi un 60 gr di farina per litro di latte e fate raffreddare. Incorporate una volta freddo i rossi d'uovo, il formaggio tagliato a dadini piccoli e quello grattugiato, unite la purea di zucca e i bianchi montati a neve. Amalgamare il tutto delicatamente e quando mettete i bianchi girate dal basso verso l'alto.

Imburrate e infarinate gli stampini di porcellana, riempirli a 3/4 e infornate per 20 minuti a 175 gradi. Servire subito.

## Torta di zucca

CATEGORIA: Dolce

### INGREDIENTI

- 1 kg zucca  
- 2 uova  
- 100 g amaretti (o fette biscottate)  
- 2 cucchiaini zucchero  
- 1 cucchiaino cacao  
- 1 bicchiere latte  
- 1 bicchiere rum  
- burro  
- pane grattugiato  
- sale  
- scorza di limone.

### PROCEDIMENTO

Cuocere la zucca a pezzi nel latte con un pizzico di sale e la parte gialla della scorza di un limone; farla raffreddare, facendole scolare più latte possibile, e passarla col passaverdura. Aggiungere uova, zucchero, cacao, rum e gli amaretti pestati. Versare in una teglia ben imburata e cosparsa di pane grattugiato, oppure con carta forno; mettere in forno a 100-120° per un'ora circa.

Capovolgere in un piatto.

## ZUCCA

La zucca è una pianta proveniente dall'America centrale. Questa famiglia di vegetali (le Cucurbitacee) comprende molte varietà, differenziate per forma e dimensioni. Quelle utilizzate a scopo alimentare sono le zucche 'pepo' (Cucurbita pepo), note come zucchine, che vengono consumate acerbe, le zucche 'massime' (Cucurbita maxima), più grandi e con la polpa di colore giallo vivo, le zucche 'moscate', dette anche popone (Cucurbita moscata), di forma allungata e con polpa gialla. Anche i fiori sono commestibili.

La zucca in cucina è molto ricca di caroteni mentre è povera di calorie; zucca e zucchine danno un basso apporto calorico. Le zucchine, inoltre, poiché vengono consumate acerbe, sono particolarmente carenti di principi nutritivi. Per quanto riguarda la conservazione, le zucchine durano tre-quattro giorni in frigorifero, mentre le zucche intatte possono durare anche sei mesi, in un luogo asciutto. Per conservare il contenuto vitaminico è opportuno cuocerla a vapore oppure in forno a temperatura media.

# Oroscopo del mese

## **ARIETE** 21/3 - 20/4

La ripresa del lavoro in questo settembre 2009 vi farà bene: sarà la vostra occasione per rimettere i piedi per terra dopo un'estate passata con la testa fra le nuvole. Siate concreti.

## **TORO** 21/4 - 21/5

Questo è il mese ideale per riallacciare vecchi rapporti che potrebbero tornarvi utili per il futuro: qualcosa sta cambiando e in questo settembre 2009 starà a voi se cambierà in meglio o in molto meglio.

## **GEMELLI** 22/5 - 21/6

Non adagiatevi troppo sugli allori e cercate di riprendere i vostri ritmi: questo settembre 2009, se preso per il verso giusto, potrebbe portarvi interessanti novità.

## **CANCRO** 22/6 - 22/7

Settembre 2009 è il vostro mese! Riprendete contatto con vecchie conoscenze, potrebbero portarvi brillanti novità soprattutto dal punto di vista lavorativo.

## **LEONE** 23/7 - 22/8

Usate la vostra grinta per riprendere al massimo gli impegni che avete tralasciato in agosto: questo settembre 2009 potrebbe essere a voi molto favorevole se saprete coglierne i tanti ma talvolta indecifrabili impulsi positivi.

## **VERGINE** 23/8 - 22/9

Dopo il movimento di agosto questo settembre 2009 è un mese che vi darà l'occasione di restare tranquilli: riflettete su ciò che avete fatto e cercate di non ripetere gli errori del passato.

## **BILANCIA** 23/9 - 22/10

Un settembre 2009 ricco di novità! Fate attenzione a chi vi sta attorno, potrebbe esserci qualcuno che vi ha notati, dategli la giusta attenzione.

## **SCORPIONE** 23/10 - 21/11

Questo settembre 2009 è il periodo giusto per dare attenzione ai vostri affetti: non trascurate la vostra famiglia e dedicatevi senza indugi anche alla vostra vita sentimentale.

## **SAGITTARIO** 22/11 - 21/12

Un settembre 2009 decisamente più tranquillo rispetto alla vostra estate movimentata! Utilizzate questo mese per riflettere e per riprendere confidenza con la routine quotidiana che vi manca.

## **CAPRICORNO** 22/12 - 21/1

Un mese movimentato più delle vostre aspettative: sappiate cogliere gli impulsi positivi e non trascurate voi stessi e la vostra salute.

## **ACQUARIO** 22/1 - 19/2

Avete lavorato davvero tanto nei mesi precedenti ed ora potrete tranquillamente concedervi una pausa: utilizzate questo mese di settembre 2009 per riprendere confidenza con voi stessi.

## **PESCI** 20/2 - 20/3

E' ora di tornare alla quotidianità: riprendete i vostri contatti, riallacciate vecchie conoscenze e non mancheranno piacevoli e frizzanti sorprese che non tarderanno a farvi felici.



## **Baby Bilancia**

23 set - 22 ott

L'impulsivo Marte, dispensatore di energia, nel 2009 rafforza la coscienza del mio valore e anche Giove, pianeta fortunato, nel corso dell'anno diventa un mio complice fidato. Nonostante ciò, tra le tante cose da fare ho bisogno anche di ritagliarmi dei momenti di riposo e di relax, per poter poi ripartire alla grande. Nelle fasi di Mercurio io sono molto aperto e loquace, e contribuisco a rendere l'atmosfera serena e in armonia per tutti.



