



# L'ALLUMINIO È IL FUTURO?

Nell'architettura moderna i principi della sostenibilità sono ormai sempre più condivisi, diffusi e praticati.

Ma grazie a materiali "virtuosi" come l'alluminio, anche l'edilizia si è ormai avviata verso le soluzioni aperte da un'architettura che limita il suo impatto ambientale, progettando edifici ad alta efficienza energetica.

In un brillante approfondimento, Reynaers - marchio d'eccellenza nella produzione di sistemi in alluminio - ha analizzato quali sono le qualità che hanno reso questo materiale il protagonista attuale e futuro dell'architettura moderna.

Dalla sua comparsa alla sua progressiva diffusione a partire dagli inizi del XX secolo, l'alluminio ha saputo rivoluzionare l'architettura. Non è un caso, infatti, che questo materiale è stato protagonista in uno dei progetti più iconici di tutto il '900: l'alluminio, infatti, è stato utilizzato per la prima volta in architettura nel 1931 per la realizzazione della struttura, delle componenti, dell'ingresso e degli interni dell'Empire State Building di New York.

Da allora, grazie al successo di questo e di altri famosi progetti - dall'Aluminaire House di Lawrence Kocher e Albert Frey alla Dymaxion House di Buckminster Fuller - l'utilizzo dell'alluminio in edilizia ha continuato a diffondersi per tutto il XX secolo e oggi, grazie alla tecnologia, si candida come uno dei protagonisti dell'edilizia "a venire", ovvero quella del XXI secolo.

**Ma perché l'alluminio può essere considerato il protagonista dell'ormai imminente rivoluzione della bio-edilizia?**

Le ragioni sono semplici. Oggi l'alluminio è noto per essere uno dei materiali da costruzione più efficienti dal punto di vista energetico e della sostenibilità (può essere fuso senza perdere le sue qualità originali) e grazie all'evoluzione dei sistemi di produzione e delle tecniche costruttive, le moderne leghe di alluminio sono sempre più leggere e resistenti e consentono di realizzare edifici sempre più alti e più efficienti dal punto di vista energetico.

Un esempio? Il taglio termico dei profili che compongono i moderni sistemi in alluminio per serramenti e facciate continue permette di supportare il peso di pesanti vetrate e consentire così la massima illuminazione naturale all'interno degli edifici, con emissioni di CO2 significativamente ridotte e un risparmio energetico significativo.

Per l'Italia si tratta di un settore industriale di importanza strategica (500 aziende, con 15 mila addetti e oltre 12 miliardi di euro di fatturato).

**L'alluminio, è il terzo elemento più abbondante sulla Terra dopo l'ossigeno ed il silicio.**

È infatti presente nell'8% della crosta terrestre. L'Italia è la terza produttrice nel mondo con 1,5 tonnellate al pari della Germania per le attività di riciclo, dopo Stati Uniti e Giappone.

È infatti la terza produttrice nel mondo con 1,5 tonnellate al pari della Germania per le attività di riciclo, dopo Stati Uniti e Giappone. Le qualità dell'alluminio sono note: elevata conduttività elettrica e termica e malleabilità ed è riciclabile al 100% e all'infinito. Dei 65 milioni di tonnellate di alluminio prodotto ogni anno nel mondo, ben 8 provengono dal riciclo nella sola Europa. Nel futuro l'uso dell'alluminio è previsto in forte crescita in Cina, Russia, India e Brasile e questo offre grandi opportunità alle industrie italiane che dispongono del know how necessario per la valorizzazione tecnologica più avanzata. Un'altra qualità che fa dell'alluminio il metallo del futuro (oltre alla sua componibilità in varie leghe) è la leggerezza. Paragonato all'acciaio, a parità

di prestazioni meccaniche, comporta una riduzione del 40% del peso, se utilizzato sin dalla progettazione. Questa qualità lo rende particolarmente utile nel settore dei trasporti. Grazie alla sua estrema leggerezza e robustezza, l'alluminio permette di realizzare vetture meno pesanti e dai consumi ridotti: ogni 100 kg di riduzione di peso (rispetto all'uso di acciaio, ghisa e rame) consente per un'automobile un risparmio di 1500 litri di carburante durante il ciclo di vita del veicolo.

Altri settori in cui è molto utilizzato sono la cantieristica navale, l'aeronautica, le costruzioni in generale e la bio architettura che sfrutta la elevata compatibilità ambientale del metallo per



Nel 2005 l'Istituto Superiore di Sanità ha indagato sulla possibile cessione in dispositivi in alluminio. I risultati permettono di concludere che non esistono pericoli per il consumatore.

**Du sono i suoi derivati: l'Alon e il Corindone.**

Il Corindone (o ossido di alluminio) è un minerale ricco di triossido di alluminio, una sostanza di cui sono ricchi anche i rubini e gli zaffiri e che fa del Corindone il materiale più resistente al mondo dopo il diamante.

Viene utilizzato per la creazione dei vetri temperati degli smartphone e nel campo della sabbatura, ovvero quel procedimento meccanico attraverso il quale si erode la superficie di un materiale (soprattutto i metalli) mediante un getto di sabbia e aria.

L'Alon (o ossinitruo di alluminio) è invece un composto di alluminio, ossigeno e azoto ed è un prodotto realizzato in laboratorio e registrato come marchio dalla Surmet, azienda americana leader nel settore dell'ingegneria dei materiali.

Le caratteristiche principali di questa tipologia di alluminio sono la sua incredibile trasparenza e resistenza che lo rendono ideale per la realizzazione dei vetri dei sottomarini e degli aerei militari.

È infatti due volte più resistente dei vetri in zaffiro agli urti e agli agenti atmosferici e può sopportare il calore fino a 1200°C.



dacciuntaglio  
Michele Provenzani

## ALLA SCOPERTA DEL NOSTRO STAFF



**MICHELE PROVENZANI**  
"Il Boss"  
"gestisce una fitta rete di capelli tra Baschi ed Orvieto"



**TIZIANO ARCANGELI**  
"Sweeney Todd è il suo mentore"



**STEFANO MAGGI**  
"Il sicario"  
"i lavori sporchi e decolorante è pane per i suoi denti"



**SILVIA PIERDONATI**  
"L'Adescatrice"  
"adesca persone a colpi di spazzole"



**CLAUDIA PERQUOTTI**  
"Intrecciatrice d'ossa"  
"intreccia l'impossibile, anche le vostre mani"



**MIRKO PROVENZANI**  
"Il Braccio destro"  
"gestisce il racket tra tagli e colori nell'Orvieto Centro"



**FRANCESCA PARADISO**  
"La Saponificatrice del Fossatello"  
"le sue saponate sono da morire"



**GABRIELLA BINACO/GIUSEPPINA CECCONI**  
"Donna Gabriella"  
"piegano i capelli a fil di ferro, non ce ne come loro"



Li trovate a BASCHI in Via Amelia, 16 - Tel. 0744/957627 e ad ORVIETO centro in Via Garibaldi, 14 - Tel. 0763/341784





# FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA OFFERTE SOLARI ESTATE 2019:



TUTTI a soli 14,90€



EAU THERMALE  
Avene

-10% SU TUTTI I SOLARI  
e BORSA MARE IN OMAGGIO  
con l'acquisto di due prodotti



Solari a 15€  
Su stick e fondotinta solare -20%  
e acquistando 2 prodotti  
un DOPOSOLE IN OMAGGIO



L'ERBOLARIO

Con l'acquisto di due o più solari  
UN OMAGGIO A SCELTA



Nuovi Numeri Whatsapp

per prenotazioni, richieste di disponibilità, informazioni su medicinali,  
costi e promozioni

**SALVA IL NUMERO**

Farmacia **334 3639244**

Parafarmacia **366 5437130**

### FARMACIA

Orario continuato dal lunedì al venerdì  
9:00 - 19:45  
Sabato 9:00 - 13:00 / 16:30 - 19:45  
Domenica chiuso

Via Monte Nibbio,16 – 05018 Orvieto (TR)  
Tel. 0763 301949

### PARAFARMACIA

Orario continuato dal lunedì alla domenica  
9:00 - 20:30

Via Angelo Costanzi 59/b  
Presso Porta d'Orvieto  
Tel. 0763 316183

## L'OSTEOPATIA PER IL TRATTAMENTO DELLA DONNA IN GRAVIDANZA

Durante la gravidanza il corpo della donna viene sottoposto a numerosi e significativi cambiamenti. La postura si modifica, aumentano il peso e la pressione addominale e ci sono cambiamenti ormonali che possono modificare lo stato emotivo della futura mamma. È molto importante che tutti questi processi di adattamento non incontrino ostacoli e procedano in modo del tutto naturale. Il trattamento Osteopatico della donna in gravidanza ha proprio l'obiettivo di massimizzare le capacità del corpo di adattarsi a questi cambiamenti così che la gravidanza possa essere portata a termine nel modo più naturale e indolore possibile. Le tecniche utilizzate durante il trattamento sono diverse e sono scelte dall'Osteopata in base alla paziente ed alla sua sintomatologia. Possono essere utilizzate tecniche dolci per il rilassamento muscolare ed articolare, e tecniche specifiche per la mobilità viscerale e craniosacrale. L'Osteopatia, inoltre, è particolarmente indicata anche nel post parto con l'obiettivo di aiutare la neomamma a ritrovare il proprio benessere ed equilibrio posturale.

FISIOTERAPIA E OSTEOPATIA

## IMPORTANZA DEL TRATTAMENTO FASCIALE NELLA SINDROME DELLA BANDELLETTA ILEOTIBIALE

La bandelletta ileotibiale è una fascia di tessuto connettivo che decorre lungo la parte esterna della coscia e che, per cause di varia natura, può andare incontro a problematiche dolorose.

Tra i più frequenti fattori di rischio troviamo:

- squilibri muscolari;
- alterazioni a livello anatomico;
- sovraccarico funzionale;
- alcuni tipi di sport praticati.

La corsa è lo sport più predisponente per questo tipo di problematica, soprattutto quando si percorrono lunghe distanze o percorsi in discesa. Il disturbo si manifesta tramite un dolore nella parte esterna del ginocchio (soprattutto durante l'attività sportiva) e limitazione funzionale. La diagnosi viene effettuata tramite l'utilizzo di specifici test, a volte affiancati anche da un esame diagnostico. Il fisioterapista, tramite una valutazione specifica, sarà in grado di riconoscere i punti fasciali alterati e trattarli, tramite un lavoro esclusivamente manuale ed individuale. In seguito al trattamento fasciale, verranno insegnati al paziente degli esercizi terapeutici specifici, in modo da ottenere un risultato stabile e duraturo.

**FISIOMED, al servizio della tua salute!**

FISIOMED

FISIOTERAPIA ED OSTEOPATIA  
MEDICINA SPECIALISTICA



DOTT. MATTEO COCHI  
Osteopata D.O.  
Dottore in Fisioterapia  
Specializzato in  
Rieducazione posturale  
metodo Mézières,  
Riabilitazione neurologica  
e Fisioterapia sportiva.  
Cell. 3922485551



DOTT. MATTEO FUSO  
Dottore in Fisioterapia  
Specializzato in Rieducazione Posturale Globale (R.P.G.) e trattamento della scoliosi, trattamento fasciale, rieducazione vestibolare ed Idrokinesiterapia.  
Cell. 3279032936

Si riceve su appuntamento presso:  
FISIOMED srl - Ciconia, Via Degli Aceri n. 58/60



## IL MARE in una STANZA

Sarebbe comodo vivere a pochi passi dal mare o, pur vivendoci, avere il tempo di godere dei suoi benefici tutto l'anno, purtroppo questo è un privilegio per pochi.

## SENZA FARMACI

Il "metodo Aerosal", adatto ad ogni età è l'unico per il quale sia stata richiesta, avviata e pubblicata in Italia la sperimentazione scientifica, che ne ha comprovato l'efficacia e la sicurezza.

È ormai risaputa e comprovata l'efficacia del sale nella riduzione dei problemi all'apparato respiratorio e nell'eliminazione delle tossine dall'organismo.

Spray nasali a base di sale marino, così come lavaggi e docce nasali da effettuarsi con soluzioni fisiologiche sterili, sono infatti utili strumenti per prevenire le infezioni e congestioni delle vie respiratorie; nonché trattamenti particolarmente indicati per accompagnare le specifiche terapie mediche e trarre il massimo dell'efficacia dai farmaci prescritti.

Impossibile non citare anche la classica aerosolterapia, tutt'oggi uno dei metodi più utilizzati e senz'altro fra i più sicuri ed efficaci.

Aerosal Divisione Medica® è riuscita a sintetizzare, in un innovativo sistema a secco, non invasivo, il meglio di questi rimedi tradizionali; fissando con rigore scientifico i parametri ideali per l'efficacia del trattamento: una preparazione salina con dimensione e peso delle particelle ben definiti, in grado di raggiungere tutte le sezioni dell'albero respiratorio.

Il sale utilizzato da Aerosal Divisione Medica®, è pertanto un'apposita miscela, finemente micronizzata ed ottimizzata in laboratorio al fine di riprodurre al meglio il microclima marino; controllata, dosata e confezionata sottovuoto, la dose è anch'essa certificata Dispositivo Medico.

I benefici che si possono trarre dall'utilizzo della metodica Aerosal® non sono comunque da considerarsi come sostitutivi ad alcun tipo di terapia farmacologica, ma bensì come valida soluzione complementare e coadiuvante alle cure mediche, nonché ottimo rimedio naturale e preventivo, per molteplici patologie del sistema respiratorio e della pelle; il tutto in un'atmosfera controllata ed ottimale ai trattamenti.

aerosal®

Aerosalmed presso Clinica del Sale Orvieto

Maria Letizia Giorgio  
Piazza del Fanello, 19 - Ciconia - Orvieto (TR)  
Tel. 393 6710115





# Beautyfarma



## WAVE CELL

Wave Cell è

un'apparecchiatura che, attraverso l'utilizzo delle Onde d'Urto, rappresenta la soluzione ideale per combattere la PEFS (la cosiddetta cellulite). Con questa tecnologia non invasiva e completamente indolore, è possibile trattare tutti i tipi di cellulite e adiposità localizzate ottenendo un rimodellamento della figura corporea.

Terapia a Onde d'urto  
**CON I NOSTRI MACCHINARI  
DI ULTIMA GENERAZIONE**

*per donare  
al tuo corpo  
una nuova vita  
prima dell'estate*

Con questa tecnologia non invasiva e completamente indolore puoi combattere cellulite e adiposità localizzate ottenendo il rimodellamento che hai sempre desiderato.



## FARMACIA del FANELLO



### NOVITÀ ANGOLO Scholl

Le calzature che si prendono cura dei tuoi piedi  
Comode versatili e di tendenza



### SOLARI Avène



FARMACIA del FANELLO



FARMACIA CAMILLI

Piazza del Fanello, 30 05018 Loc. Ciconia - Orvieto (TR) - Tel. 0763 300956 - Farmacia del Fanello & Beautyfarma

Farmacia Camilli - P.zza Olona, 22 Sferacavallo - Tel. 0763 342711

ORARIO CONTINUATO: Centro estetico 9:00-19:00 - Farmacia 9:00-20:00

DOMENICA MATTINA APERTO

"Il diaframma, grande e forte mantello meccanico della respirazione....è anche un paracadute per tutti i tipi di emozioni."

(wzgore, Twitter)

## IL DIAFRAMMA: MECCANICA ED EMOZIONI.

La respirazione ci accompagna dal primo all'ultimo secondo della nostra vita ed è l'unica funzione vitale involontaria che può essere controllata coscientemente. Il principale muscolo deputato alla respirazione, in particolare all'atto inspiratorio, è il diaframma.

È un muscolo involontario ma la sua attività è anche influenzabile volontariamente; presiede alla respirazione oltre a varie funzioni corporee. Un blocco diaframmatico può portare ad alterazioni della colonna vertebrale, dolori al tratto cervicale, dolore lombare, contratture muscolari e alterazioni più o meno gravi della postura. La sua scarsa mobilità comporta un super lavoro dei muscoli respiratori accessori, soprattutto del collo e delle spalle.

Secondo l'ideatore del metodo **PANCAFIT**, "il diaframma, grande e forte mantello meccanico della respirazione.... grande barriera fra apparato respiratorio e apparato digerente, è anche un paracadute per tutti i tipi di emozioni.

Questo fardello che il diaframma porta "sulle sue spalle", fa sì che la sua struttura nel tempo si modifichi, si irrigidisca...., soffre del sovraccarico di ogni elemento della vita e degli adattamenti della postura.

È così che quando lo facciamo respirare con la tecnica del "rilascio"...., rigorosamente in "postura globale decompensata", lui è in grado di liberarsi del contenuto indesiderato. A quel punto, se lo si sa ascoltare...., lui sarà disposto a restituire



tutta l'energia che, nel tentativo di sopravvivere, aveva sottratto alla vita."

Nello **YOGA** il respiro è elemento centrale e imprescindibile. Non esiste nessuna tecnica yogica che sia slegata dal respiro. Il pranayama è sempre in qualche modo attivo e accompagna di fondo tutte le specifiche tecniche. Nella respirazione yogica completa, la fase diaframmatica è forse la più importante: l'inspirazione diaframmatica unitamente al controllo della cinta addominale equilibra le fasi respiratorie addominale e toracica. Per citare un altro elemento fondamentale nell'ambito dello yoga, tra le specifiche azioni volte alla stimolazione ed al controllo dell'energia, uddiyana bandha è il fissaggio posturale in corrispondenza del diaframma e del plesso solare, dove uddiyana significa

proprio sollevamento del diaframma, mentre bandha è letteralmente tradotto in "chiudere", "afferrare".

Nello **SHIATSU**, in particolare per la medicina tradizionale cinese, i sentimenti risiedono nei visceri; data la sua posizione e le sue connessioni anatomiche, il diaframma risente delle nostre emozioni, ad esempio un forte spavento può bloccarlo, bloccando di conseguenza anche il respiro. In generale le sensazioni si ripercuo-

tono inevitabilmente sulle funzionalità del diaframma. Quando inspiriamo, l'aria e quindi il mondo esterno entrano in noi, incontrando la nostra interiorità, arrivando al nostro centro; quando espiriamo, muoviamo la nostra energia verso l'esterno, andando dal centro verso la periferia e incontrando il mondo che ci circonda.

La vitalità del flusso del respiro riflette l'atteggiamento che abbiamo verso il mondo. Le manifestazioni emozionali legate alla funzionalità del diaframma sono piacere e ansia.

Una ridotta funzionalità del diaframma rappresenta la difficoltà di lasciarsi andare, la resistenza ad abbandonarsi al piacere, la paura di perdere il controllo.

La necessità di vivere il piacere crea un conflitto che si traduce in uno stato ansioso.



### HAMSA'S WHITEBOARD SAVE THE DATE GIUGNO

**SABATO 1**  
17:00-19:00 BAGNO SONORO  
19:30-21:30 BAGNO SONORO

**SABATO 11**  
16:00-20:00 SHIATSU-NO: LA VIA PER IL BENESSERE  
PRESENTAZIONE: GIUSEPPA FERRARO INDIRIZZO DI ACCREDITAMENTO ITALIANO INDIRIZZO

**SABATO 22**  
16:00-21:00 APPROFONDIMENTO DI ALLINEAMENTO IN PIEDI  
18:00-21:00 PRACTICE ROCKY 1

PER INFO E PRENOTAZIONI:  
ANTONIO 3126001375  
FEDERICA 3926002317  
HAMSA 3518503208

PIAZZA DEL COMMERCIO, 8 ORVIETO SCALO (TR) - 05018



Se sei interessato ad approfondire questo argomento in maniera dettagliata leggi l'articolo intero su fb: il vicino, centro studi hamsa Shiatsu e yoga o sul sito web [www.ilvicino.it](http://www.ilvicino.it)



**YOGA · SHIATSU · PANCAFIT**  
DISCIPLINE PER IL TUO BENESSERE



Per restare aggiornato su tutte le nostre attività INVIA un messaggio whatsapp: scrivi "INFO" al numero 3518503208



# DOMVS

## Pedagogico Clinica

Lavoro di alto artigianato in una piccola bottega... LE OPERE D'ARTE SONO LE PERSONE.

La clinica del territorio

### PROFILO SENSORIALE E INTEGRAZIONE



Mi chiedo sempre prima di iniziare un percorso con un bambino...

"Come vede?" Come percepisce il mondo con gli occhi;

"Come sente?" Con la pelle, con il corpo, con il recettore uditivo e vestibolare;

E quindi... Come apprende...

Mi piace ritrovare questi presupposti nel modello DIR, sviluppo, individuo, relazione.

Le differenze individuali nell'elaborare informazioni moto-sensoriali, influiscono sul modo in cui genitori e bambini creano significati dalle loro interazioni e danno vita ad aspettative riguardo le proprie relazioni. Nello spazio Domvs l'intento è quello di partire dal Profilo sensoriale del bambino per garantire un contesto rispettoso del suo funzionamento, per arrivare al Profilo individuale, da condividere con tutti gli attori che ruotano intorno al bambino e per definire il programma educativo-rieducativo e riabilitativo.



#### Dott. Luisa Vera

- Laurea in Pedagogia, iscrizione n.2432 Pedagogia clinica.
- Laurea in Logopedia, iscrizione albo n 17 Umbria.
- Master in Pedagogia clinica
- Master in Neuropsicologia del cerebroleso adulto e Psicopatologia dell'apprendimento
- Master in Posturologia e Osteopatia integrata
- Psicomotricista funzionale.
- e-mail: veraluisa@alice.it
- Cell. 371 1879533

Lavoro in ambito clinico e formativo dal 1993.

Docente di logopedia al Master Psico-Geriatria - Università di Roma la Sapienza.

Titolare dello Studio Domvs di Orvieto e Viterbo.

Parto da una formazione Pedagogica e Riabilitativa e mi muovo in contesti quali la scuola, lo studio, la casa. Adopero il ventaglio metodologico Pedagogico clinico dal 1996;

Seguo le famiglie nella traiettoria evolutiva dello sviluppo tipico e atipico, con l'approccio Brazelton "Touchpoint", nel rispetto della maturità dei bambini e degli scatti evolutivi.

Nei disturbi del neuro sviluppo seguo il modello multidisciplinare D.I.R che partendo dal profilo indi-

viduale lavora su attenzione, regolazione, processazione sensoriale, sviluppo motorio e linguaggio, con il coinvolgimento attivo dei genitori.

Nel funzionamento cognitivo limite, applico il Brighth Start ed il Feuerstain;

Mi occupo dello SMOF squilibrio muscolare oro-facciale, coniugando l'approccio posturologico globale a quello logopedico.

Seguo Persone con aspetti involutivi nella terza età, Parkinson, Alzheimer, Afasia, cerebrolesioni acquisite.

L'aspetto qualitativo della Voce "Speech", rimane un interesse sempre vivo, e in continuo approfondimento, nei contesti professionali e talora negli aspetti disfunzionali DISFONIE E DISFLUENZE.



# CLINICHE ARCONE

Eccellenza dentale ad Orvieto



La **Clinica Arcone** oggi è ancora più competitiva. Il nostro team, già eccellente, si arricchisce di ottimi professionisti per garantire la qualità delle prestazioni ormai consolidate nel tempo.

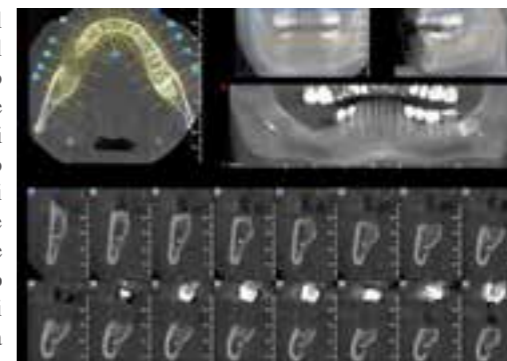
## DENTASCAN

Il dentascan è uno specifico esame diagnostico largamente utilizzato in ambito dentistico. Questa procedura viene anche definita con il termine TAC dentale e, grazie ad un apparecchio per lo studio di mandibola e denti, ci consente di fare una vera e propria ricostruzione delle ossa del nostro cavo orale e mascellare. Grazie a questa apparecchiatura così avanzata siamo giunti ad avere la possibilità di definire con una precisione assoluta e in modo del tutto dettagliato le condizioni delle ossa, siano esse dei denti o parte della mandibola. Più precisamente con il nome Dentscan (oppure TC Cone Beam) ci riferiamo ad un macchinario specifico in grado di scansare (con l'ausilio di raggi X a bassissima emissione) le arcate dentali dell'individuo, restituendo allo specialista un'immagine tridimensionale. L'immagine a tre dimensioni ci consente di analizzare in modo preciso le ossa della mandibola e i denti che si trovano nel cavo orale del paziente. Abbiamo a che fare, infatti, con delle immagini ad altissima qualità che, oltre alle ossa, ci consentono di studiare anche i tessuti molli della bocca. Ci sentiamo del tutto liberi di affermare che questa procedura diagnostica così sofisticata è permessa con il semplice ausilio di un'emissione a raggi X molto bassa, quindi non troppo invasiva. Grazie a questo esame i dentisti o gli odontoiatri saranno in grado di studiare il vostro caso in modo approfondito e dettagliato, riuscendo così a valutare quale usare tra le migliori tecniche a disposizione per la creazione di un eventuale impianto o per il trattamento della vostra condizione. Questo esame diagnostico, inoltre, restituisce allo specialista un'immagine precisa della struttura anatomica del canale mandibolare, e fornisce informazioni utili per quanto riguarda l'espansione di eventuali processi infiammatori. L'esame Dentscan ha trovato largo utilizzo soprattutto per ricostruire le immagini della zona interessata con lo scopo di creare i migliori impianti dentali per il paziente. L'immagine che deriva da un esame Dentscan viene elaborata in base alle indicazioni che l'operatore fornisce al macchinario dotato di un programma specifico per raggiungere l'obiettivo desiderato. L'immagine, che deve mostrare in modo più o meno preciso i contorni delle ossa mascellari e mandibolari, può essere anche a colori e permette di simulare il posizionamento degli impianti così da fare una previsione approssimativa del risultato finale che si otterrebbe sul paziente.

### QUANDO VIENE RICHIESTO QUESTO TIPO DI ESAME?

Come abbiamo già accennato nel paragrafo precedente, il Dentscan è utile soprattutto per fare delle previsioni sul successo dell'inserimento di alcuni impianti. Per questo possiamo affermare che questo esame è indispensabile come valutazione in ambito impiantologico. Infatti, il Dentscan ci consente di andare a definire in modo assolutamente preciso la qualità delle ossa su cui si dovrebbero installare degli impianti, ma anche la quantità delle ossa su cui bisognerebbe intervenire. Questo esame permette agli specialisti di fare anche una valutazione delle condizioni mascellari, soprattutto quando c'è la necessità di studiare i processi infiammatori che comprendono il canale mandibolare. Ovviamente, questa tecnica diagnostica è molto utile anche per indagare sulla presenza, ma soprattutto sull'entità, di alcune anomalie dei denti, come la soprannumerazione dentale. Infatti, questo esame fornisce una definizione anatomica della cavità orale superiore a quella della radiografia. Di seguito riassumiamo le condizioni più comuni che ci conducono a fare questo tipo di esame:

- Per la valutazione di un probabile impianto da installare nella cavità orale;
- Per indagare sull'entità di alcuni disturbi infiammatori;
- Per vedere se nella bocca del paziente si sono formate delle fistole;
- Per lo studio di una probabile inclusione dentale;
- Nel caso di denti soprannumerari;
- E' utile nel caso in cui l'otorinolaringoiatra deve realizzare una ricostruzione dei seni paranasali (che potrebbero essere stati deteriorati in seguito a determinate condizioni patologiche);
- Quando il paziente ha dei problemi di masticazione anche consistenti e l'ortopedico deve indagare su di essi per evitare dei danni sulla colonna.



**Prof. Sergio Corbi**  
Medico Chirurgo Odontoiatra  
Specialista in chirurgia Maxillofacciale  
Già Direttore del reparto di Odontoiatria e Implantologia Azienda Ospedaliera San Camillo di Roma



**Dr. Marco Gradi**  
Specialista in Implantologia e Protesi



**Dr. Alex Adramante**  
Conservativa Endodonzia - Protesi - Pedodonzia Odontoiatria Legale e Forenze



**Dr. William Adramante**  
Odontoiatria Generale Protesi - Gnatologia per disturbi dell'ATM - Estetica Additiva



**Dr. Laura Rosignoli**  
Spec. in Ortognatodonzia Ortodonzia Estetica - invisalign



**Dr. Noemi Bilotta**  
Igenista Dentale Sigillature Estetica del sorriso



**Dr. Chiara Gradi**  
Igenista Dentale Sigillature Estetica del sorriso



**Deborah Bilotta**  
Assistente dentale



Strada dell'Arcone, 13 - Orvieto (TR)  
Tel. 0763/302429 - 392/2926508  
studioarcone@gmail.com

NOVITÀ

APERTO dal LUNEDI al SABATO dalle 9:00 alle 19:30

ORARIO CONTINUATO

Prima visita e check-up completo senza impegno

AMPIO PARCHEGGIO

Finanziamenti a tasso 0



# LABORATORIO ANALISI

chimico-cliniche e batteriologiche



PRESSO LAB 2000



Dr. Antonio Rosatelli  
Biologo Nutrizionista  
Tel. 349 7256747

- Diete Dimagranti Personalizzate
- Diete per Sportivi
- Menu per Mense
- Test Intolleranze Alimentari
- Test Genetici DNA e Dieta
- Test Bio-impedenziometrico per la valutazione della composizione corporea
- Test Adipometrico Ecografia ultrasonica per la valutazione Muscolare e Adiposo



Dott.ssa Picchiami Giulie Ada  
Responsabile Tecnico di Laboratorio Biomedico

ORVIETO (TR) Vicolo Corsica n°1-3

Tel. e Fax 0763 391095

Per prelievi domiciliari 360 616783

e-mail: lab2000orvietoo@gmail.com

ORARIO:

- Apertura Lun/Ven 8.00/20.00 Sab 8.00/10.00
- Prelievi 8.00-9.30
- Consegna referti 10.00/20.00

## CHECK-UP SALUTE DONNA:

- Emocromo completo con formula
- Esame urine
- Glicemia
- Azotemia
- Creatinina
- Acido urico
- Gamma GT
- Got, GPT
- Proteidogramma + proteine totali
- Colesterolo TOT HDL LDL
- Trigliceridi
- Sideremia
- Ves
- TSH

70€

## CHECK-UP SALUTE UOMO:

- Emocromo completo con formula
- Esame urine
- Glicemia
- Azotemia
- Creatinina
- Acido urico
- Gamma GT
- Got, GPT
- PSA libero + PSA totale
- Colesterolo TOT HDL LDL
- Trigliceridi
- TSH
- Proteidogramma + proteine totali

80€

## CHECK-UP SALUTE BAMBINO-GIOVANI

- Emocromo completo con formula
- VES
- TAS
- PCR
- Tampone rapido per streptococco beta
- Emolitico gruppo A

40€

## • ORMONI TIROIDEI:

- FT3
- FT4
- TSH

15€

## CHECK-UP COAGULAZIONE:

- PT
- PTT
- Fibrinogeno
- Omocisteina
- Antitrombina III

40€

## CHECK-UP LIPIDICO:

- Colesterolo TOT HDL LDL
- Trigliceridi
- Glicemia

10€

## CHECK-UP ORMONALE DONNA:

- LH
- Prolattina
- FSH
- Estradiolo
- Progesterone

40€

## MARKERS TUMORALI DONNA:

- Alfa - fetoproteina
- CEA
- CA 125
- CA 15-3

50€

## MARKERS TUMORALI UOMO:

- Sangue occulto (1 campione)
- PSA
- PSA free
- CA 19-9
- CEA

50€

## CHECK-UP TIROIDEO BASE:

- FT3
- FT4
- TSH

15€

## PSA LIBERO E TOTALE

- Urinocoltura

25€

Il grano (o frumento) è un alimento da sempre presente nella cultura alimentare delle popolazioni di tutto il mondo. Il grano si distingue in "duro" o "tenero" a seconda della specie di appartenenza del chicco — Triticum durum (per il grano duro) e Triticum vulgare (per il grano tenero) — entrambi impiegati nell'alimentazione umana. Dal grano duro si ricavano la semola e la farina di grano duro, impiegata nella produzione di pasta e alcuni tipi di pane; dal grano tenero si ottengono invece farine dalla grana più sottile da cui si ricava la farina (00, 0, manitoba) destinata alla produzione di pane, pizze, dolci e altri prodotti lievitati. La farina di grano duro presenta notevoli differenze dal punto di vista nutrizionale rispetto alla farina di grano tenero: il tenore proteico è più elevato, è in grado di assorbire più acqua e ha un maggiore potere saziante. La semola di grano duro presenta inoltre un indice glicemico inferiore ed è ricca dicarotenoidi: pigmenti vegetali capaci di legare ed eliminare i radicali liberi (antiossidanti).

**Il frutto del frumento (cariosside) è ricoperto dalla crusca: un tegumento esterno costituito da cellule ricche in cellulosa, sali minerali, fibre insolubili, vitamine del gruppo B e sostanze fitoattive.**

**Nella parte più interna è presente il germe ricco in vitamine del gruppo B (come acido folico, tiamina e vitamina B6) e vitamina E, minerali (soprattutto zinco, magnesio e manganese), sostanze fitoattive e lipidi.**

Dal punto di vista nutrizionale, i maggiori benefici in termini di salute, si ottengono dal consumo regolare di prodotti a base di farine integrali, rispetto all'utilizzo di farine raffinate private di tutti i nutrienti che questa contiene. I cereali integrali sono preziose fonti alimentari di vitamine B1, B2, B3, acido folico, calcio, fosforo, manganese, magnesio, acido pantotenico, zinco, rame, ferro e fibre, oltre che di antiossidanti come vitamina E, tocofenoli, selenio, acidi fenolici e acido fitico. Il consumo regolare di alimenti integrali, proprio grazie all'elevato contenuto di antiossidanti in essi contenuti, sembra esercitare una significativa protezione contro le malattie cardiovascolari, anche in virtù del fatto che questi preziosi elementi restano disponibili lungo tutto il tratto intestinale dopo essere stati assunti. In particolare la vitamina E presente nel germe di grano, antiossidante liposolubile, protegge dai danni

provocati dai radicali liberi a carico del colesterolo e di tutti i lipidi presenti sulle membrane cellulari, prevenendone l'ossidazione. Questo rende **la vitamina E una molecola estremamente importante per l'azione del sistema immunitario.** Altre molecole virtuose di cui sono ricchi i cereali integrali sono i fitoestrogeni: composti vegetali in grado di influenzare i livelli di colesterolo ematico, l'elasticità dei vasi sanguigni, il metabolismo osseo e molti altri processi del metabolismo cellulare. I cereali integrali sono inoltre ricchi di lignani, che una volta assorbiti dalle pareti intestinali, stimolano da parte del fegato la produzione di proteine che si legano ai recettori ormonali, riducendo l'azione esercitata dagli estrogeni endogeni e, per questo, contribuiscono alla prevenzione del tumore al seno, alla prostata e al colon.

**Un consumo regolare di prodotti integrali ha evidenziato molteplici virtù.**

• Esercita un controllo sul peso mediante meccanismi quali abbassamento dell'indice glicemico, aumentato senso di sazietà legato alla fermentazione dei carboidrati non digeribili e rimodulazione della microflora intestinale.

• Il consumo di una dieta ricca di cereali integrali parrebbe contrastare sia l'insulino-resistenza sia la sindrome metabolica (entrambe coinvolte nello sviluppo di diabete di tipo 2 e malattie cardiovascolari) grazie anche all'apporto di magnesio, minerale capace di esercitare un effettivo controllo sui livelli ematici di glucosio in quanto co-fattore per più di trecento enzimi, compresi quelli coinvolti nell'utilizzo del glucosio e la secrezione di insulina.

• Riduce la probabilità di insorgenza di calcoli biliari grazie alla presenza di fibra insolubile, che aiuta a controllare i livelli di colesterolo.

• Aumenta le evacuazioni regolarizzando la defecazione oltre che la qualità e la consistenza delle feci; inoltre la crusca di frumento contenuta negli alimenti integrali viene considerata preventiva della diverticolosi, una patologia del colon correlata al rallentamento del transito intestinale.

• Interviene nel metabolismo de-

provocati dai radicali liberi a carico del colesterolo e di tutti i lipidi presenti sulle membrane cellulari, prevenendone l'ossidazione. Questo rende **la vitamina E una molecola estremamente importante per l'azione del sistema immunitario.**

Altre molecole virtuose di cui sono ricchi i cereali integrali sono i fitoestrogeni: composti vegetali in grado di influenzare i livelli di colesterolo ematico, l'elasticità dei vasi sanguigni, il metabolismo osseo e molti altri processi del metabolismo cellulare.

I cereali integrali sono inoltre ricchi di lignani, che una volta assorbiti dalle pareti intestinali, stimolano da parte del fegato la produzione di proteine che si legano ai recettori ormonali, riducendo l'azione esercitata dagli estrogeni endogeni e, per questo, contribuiscono alla prevenzione del tumore al seno, alla prostata e al colon.

**Un consumo regolare di prodotti integrali ha evidenziato molteplici virtù.**

• Esercita un controllo sul peso mediante meccanismi quali abbassamento dell'indice glicemico, aumentato senso di sazietà legato alla fermentazione dei carboidrati non digeribili e rimodulazione della microflora intestinale.

• Il consumo di una dieta ricca di cereali integrali parrebbe contrastare sia l'insulino-resistenza sia la sindrome metabolica (entrambe coinvolte nello sviluppo di diabete di tipo 2 e malattie cardiovascolari) grazie anche all'apporto di magnesio, minerale capace di esercitare un effettivo controllo sui livelli ematici di glucosio in quanto co-fattore per più di trecento enzimi, compresi quelli coinvolti nell'utilizzo del glucosio e la secrezione di insulina.

• Riduce la probabilità di insorgenza di calcoli biliari grazie alla presenza di fibra insolubile, che aiuta a controllare i livelli di colesterolo.

• Aumenta le evacuazioni regolarizzando la defecazione oltre che la qualità e la consistenza delle feci; inoltre la crusca di frumento contenuta negli alimenti integrali viene considerata preventiva della diverticolosi, una patologia del colon correlata al rallentamento del transito intestinale.

• Interviene nel metabolismo de-

## I BENEFICI della FARINA DI GRANO INTEGRALE

gli ormoni estrogeni, notoriamente correlati all'insorgenza del tumore al seno — soprattutto nelle donne in età fertile — e al colon.

• Un consumo regolare di crusca di frumento, all'interno di una dieta equilibrata, è in grado di abbassare i livelli di estrogeni nel sangue rispetto a quanto rilevato in coloro che non la consumano o che non la consumano con regolarità.

• Previene le malattie cardiache, che sono la principale causa di morte nei Paesi industrializzati.

Il frumento integrale, a causa delle inalterate percentuali di crusca e germe, è da annoverare fra gli alimenti ricchi in acido ossalico, che è considerato un fattore anti-nutrizionale presente in numerosi alimenti fra cui spinaci, rabarbaro, cereali integrali e cavoli. Una volta ingerito forma sali (ossalati) legandosi a diversi minerali (ferro, magnesio e soprattutto calcio), ne impedisce l'assorbimento e favorisce l'instaurarsi di stati da carenza tra cui osteoporosi e anemia. L'acido ossalico può dare effetti di tossicità solo se assunto ad alte dosi (stimolate oltre i 1500 mg, quindi esageratamente superiori a quello presente negli

alimenti per il consumo umano) in quanto viene rapidamente assorbito nell'intestino tenue dove si lega con il calcio sierico portando a ipocalcemia, causa di contrazioni muscolari involontarie, tremori e crampi.

Inoltre, combinandosi con il calcio, forma l'ossalato di calcio, un sale insolubile coinvolto nella formazione dei calcoli renali.

**Prodotti a base di grano, integrali o meno, vanno esclusi per coloro che sono affetti da malattia celiaca e gluten sensitivity.** Il glutine (un complesso proteico formato da glutenina e gliadina presente in cereali come grano,

orzo e segale) scatena infatti in soggetti celiaci una tipica enteropatia. Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

ali-

menti per il consumo umano) in quanto viene rapidamente assorbito nell'intestino tenue dove si lega con il calcio sierico portando a ipocalcemia, causa di contrazioni muscolari involontarie, tremori e crampi.

Inoltre, combinandosi con il calcio, forma l'ossalato di calcio, un sale insolubile coinvolto nella formazione dei calcoli renali.

**Prodotti a base di grano, integrali o meno, vanno esclusi per coloro che sono affetti da malattia celiaca e gluten sensitivity.** Il glutine (un complesso proteico formato da glutenina e gliadina presente in cereali come grano,

orzo e segale) scatena infatti in soggetti celiaci una tipica enteropatia. Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

ali-

menti per il consumo umano) in quanto viene rapidamente assorbito nell'intestino tenue dove si lega con il calcio sierico portando a ipocalcemia, causa di contrazioni muscolari involontarie, tremori e crampi.

Inoltre, combinandosi con il calcio, forma l'ossalato di calcio, un sale insolubile coinvolto nella formazione dei calcoli renali.

Dott.ssa Azzurra Fini  
Biologa Nutrizionista

Riceve su appuntamento presso:

**Ambulatorio Medico**  
Via G. Marconi 5, Porano

**Abbadia Medica**  
P.zza del Fanello 22/23, Ciconia

**Ambulatorio Medico**  
Via Roma Nuova 2, Castel Giorgio

**FisioLife**  
Via Piave 2, Sferracavallo

Tel. 328 8633173  
azzurra\_fini@hotmail.it

orzo e segale) scatena infatti in soggetti celiaci una tipica enteropatia. Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

Anche coloro a cui è stata diagnosticata una gluten sensitivity in seguito all'ingestione di questi alimenti possono manifestare sia una sintomatologia gastrointestinale (tipicamente dolore addominale, gonfiore, flatulenza) sia extraintestinale (come emicrania ricorrente, stanchezza cronica, difficoltà di concentrazione, eczemi), ma senza comparsa di autoanticorpi, tipici della malattia celiaca, e senza danno a carico dell'intestino tenue.

### SERVIZI OFFERTI

- Piani alimentari per infanzia, senilità gravidanza e allattamento
- Piani alimentari per condizioni fisiopatologiche accertate (ipertensione, dislipidemie, ecc.)
- Piani alimentari con esclusione degli alimenti non tollerati
- Piani alimentari dimagranti
- Piani alimentari per vegetariani
- Attività di consulenza alimentare per palestre, centri fitness ed estetici
- Corsi di educazione alimentare
- Progetti di educazione alimentare





**BELATI**  
HEALTHCARE

**PROMOZIONI GIUGNO 2019**

**NAMEDSPORT**  
SUPERFOOD



**3+1 OMAGGIO**  
**PROMO**  
Gel energetico



per intolleranti al lattosio

**PROMO**  
Integratori

**-20%**



il nostro marchio  
**LA QUALITÀ AL MIGLIOR PREZZO**

**BELATI**  
HEALTHCARE



**PROMO**  
Integratori salini  
magnesio e potassio  
20 bustine

€ **4,90**  
anziché € ~~12,00~~

P.zza Fanello, 1/2 - Ciconia - Orvieto (TR) - Tel. 0763 301004

**Dott. Giuliano Barbabella**  
**IL DOTTORE DEI CORAGGIOSI**

PSICOLOGO - PSICOTERAPEUTA

Salve a tutti i lettori de il Vicino. Sono il Dott. Giuliano Barbabella psicologo/psicoterapeuta/psicoanalista, laureato in psicologia clinica e di comunità e specializzato in psicoanalisi applicata alle malattie somatiche.



PSICOLOGIA

**L'USO DISTRUTTIVO DELL'ESCLUSIONE: da un'apparente difesa ad una reale limitazione di sé**

Se escludere vuol dire selezionare e scegliere, allo stesso tempo può implicare anche il non accettare, il non riconoscere, il lasciar fuori qualcosa o qualcuno. Ma che cosa o chi non accettiamo? Il diverso! E, il diverso da chi? Da noi stessi! Del resto, spesso e volentieri, il parametro che utilizziamo per valutare l'altro è in rapporto alle somiglianze con il proprio sé, utilizzando per tale scopo schemi che rappresentano delle lenti che mettiamo virtualmente per vedere le persone o le situazioni nel modo a noi più noto. Purtroppo con ciò non arriviamo mai a conoscere quest'ultimo come sono veramente, innalzando quelle barriere che daranno poi linfa vitale ai vari stereotipi e pregiudizi. Il diverso fa paura, pena, rabbia, da fastidio perché ci destabilizza, ci costringe ad uscire fuori dalle nostre cuce comode, dai pensieri prefabbricati, dalle immagini rassicuranti passate al photoshop. Il giallo, il nero, il rifugiato, il povero, l'obeso, il disabile, il gay. Tutto quello che non conosciamo, che è altro da noi, ci fa sentire in pericolo. E' lo scarto delle nostre certezze, il cono d'ombra in cui non vogliamo entrare. Per tale motivo, passiamo la nostra vita ad omologarci, a scacciare ciò che è ignoto, a cercare una utopistica uguaglianza. Gli stessi vestiti, gli stessi corpi atletici, le stesse opinioni, ecc. Provare ad essere uguali ci dà la falsa percezione di essere migliori, più forti, più giusti, pur rappresentando, senza capirlo, la nostra maggiore condanna, visto che, sforzarsi di essere ciò che non siamo è soltanto una straordinaria perdita di tempo. Rinnegare la diversità è dunque rinnegare noi stessi. Perché? Semplicemente per il fatto che ognuno di noi è unico, sia nel modo di vivere che di percepire le cose, negli atteggiamenti ed esperienze e conseguentemente è, appunto, diverso dall'altro. La diversità, pertanto, non va temuta, ma difesa, nutrita, accudita, pur se a volte ci fa sentire soli e sbagliati. La diversità è una qualità fantastica che rende ciascuno speciale ed arricchisce la società. Anche la storia e la natura ci dovrebbero aver insegnato quanto la diversità sia necessaria! I grandi imperi non sono crollati quando hanno imposto le proprie usanze ai popoli conquistati senza provare ad integrare le loro culture? Se in un villaggio si decidesse di coltivare solo un cereale invece che più qualità, gli agenti atmosferici o parassitari non avrebbero sicuramente più possibilità di distruggerlo? Tutti hanno bisogno della diversità per celebrare la propria individualità! Siamo tutti uguali ma ognuno di noi è diverso nella sua complessità. Questa è, per me, la grande verità. La distinzione tra normalità e diversità pertanto, a mio parere, non ha così ragione di esistere perché la normalità è diversità! In conclusione, quest'ultima rappresenta una grande ricchezza che ci permette, come detto a più riprese, di crescere e imparare. Se fossimo tutti uguali non ci sarebbero mai discussioni, nessuno mangerebbe qualcosa di nuovo, nessuno più viaggerebbe e via dicendo. Immaginate che vita noiosa! Al prossimo mese.

Studio in Orvieto: Piazza Marconi, 1  
Studio in Perugia: Via del Bovaro, 19  
Per appuntamento: 339 21 89 490



Ben ritrovati, sono di nuovo qui a scrivere su questa bellissima e particolare rivista. Mi presento nuovamente, sono Santini Maria Angela, Naturopata diplomata in Naturopatia nel 2010 presso l'Istituto Riza Psicosomatica di Roma e specializzata poi nel corso del tempo come Operatore Del Benessere in tecniche corporee quali:

- Riflessologia Plantare Integrata
- Cranio Sacrale Somatoemozionale
- Metamorfica
- Massaggio dei Meridiani con oli essenziali
- Digitopressione
- Base e fondamenti del theta healing



**PRENDERSI CURA**  
del nostro corpo

Prendiamoci cura del nostro corpo, non in maniera quasi scontata o nella maniera alla quale siamo stati abituati, bensì, attraverso le tecniche corporee, ascoltando cosa vuole dirci. Partendo dall'assunto che il nostro corpo altro non è che l'involucro con il quale la nostra anima ha scelto di dare forma a se stessa ed affrontare questo passaggio sul piano terreno potremmo dire che, proprio per questo, il nostro corpo ci racconta molte cose, in infiniti e peculiari modi. Perché ha questa necessità? La risposta è molto semplice ed è perché non lo ascoltiamo e non accogliamo le nostre esigenze in maniera esaustiva e consapevole. Per tale motivo si dice che ogni singolo e infinitesimale sintomo racconta di noi e del nostro malessere interiore ed esteriore e se decidiamo di non ascoltarlo questo prende peso e forma sul proprio corpo. Prima che un dolore, un trauma, un conflitto, una delusione o un abbandono riesca ad essere riconosciuto, individuato e accolto, per poi essere integrato e sanato, necessita di palesarsi attraverso il nostro corpo, utilizzando un linguaggio un po' più comprensibile rispetto ai nostri stati d'animo ma comunque ancora molto enigmatico per persone che non si cimentano in questa varia diversità ma assolutamente non meno valida realtà dell'approccio olistico e psicosomatico dell'essere umano. **Utilizzare le tecniche corporee come strumento per individuarci, per ascoltarci, per comprendere ciò che non riusciamo ad esprimere attraverso azioni e parole più essere di aiuto per aprirci nuovi spiragli, nuove vedute, nuove consapevolezze. SIAMO ABITATI DA TANTE COSE E DI QUESTE COSE SAPPIAMO E CONOSCIAMO BEN POCO** se non che si presentano attraverso sciatalgie, cervicalgie, protusioni, emicranie, tendiniti, stipsi, coliti ... **Quindi approcciarci al corpo con le varie tecniche che posso offrire ed eseguire a seconda dell'esigenza può significare non solo sciogliere un' infiammazione ma anche scoprire e portare alla luce la radice del disagio sia sul piano fisico che emozionale così poi da poter affrontare il tutto anche sotto altri aspetti e con altri specialisti. Un conto è scegliere di curarci, un conto è decidere scientemente attraverso una presa di coscienza che è arrivato il momento di prendersi cura di noi !! Un abbraccio e ... BUONA VITA.**

Prima di cercare la guarigione di qualcuno, chiedigli se è disposto a rinunciare alle cose che lo fanno ammalare.

*Ipocrate*

Santini Maria Angela riceve sia per appuntamento presso il suo Studio in Via Largo Vernoux BASCHI o a domicilio. Per informazioni 338 6673565

NATUROPATIA  
ITFC SALUTE





**A** ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE  
SEDE ARNONE · ORVIETO SCALO

Strada dell'Arcone 13Q  
Orvieto Scalo  
0763.301592



**F** ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE  
SEDE FANELLO · CICONIA

Piazza del Fanello 22/23  
Ciconia  
0763.630216



IN EVIDENZA ALCUNE DELLE TANTE ATTIVITÀ SPECIALISTICHE E DIAGNOSTICHE DI ABBADIA MEDICA



ARTOSCAN



MOC



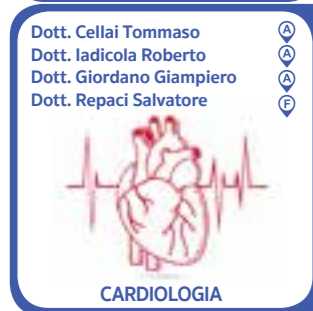
ECOGRAFICA E ECODOPPLER



ANALISI SU SANGUE, URINE E TAMPONI



PLANTARI FOOTBALANCE



CARDIOLOGIA

Dott. Cellai Tommaso  
Dott. Iadicola Roberto  
Dott. Giordano Giampiero  
Dott. Repaci Salvatore



VISITA CARDIOLOGICA CON ECG



ECG DA SFORZO



ECODOPPLER CARDIACO



ECG DINAMICO O HOLTER



ORTOPEDIA

Dott. Piunno Carmine  
Dott. Franci Michele  
Dott. Bellini Diego  
Dott. Bocchino Lorenzo  
Dott. Giraldi Damiano  
Dott. Bensi Giuseppe  
Dott. Menotti Francesco  
Dott. Gambera Dario  
Dott. Roccalto Salvatore  
Dott.ssa Favilli Giulia  
Dott. Leonardo Pasquale



CHIRURGIA DELLA COLONNA VERTEBRALE



ORTOPEDIA DELL'ANCA



ORTOPEDIA DEL GINOCCHIO



ORTOPEDIA DEL PIEDE E DELLA MANO



SPORTSALUS

Fisioterapia,  
Riabilitazione,  
Rieducazione



TERAPIA DEL DOLORE



DERMATOLOGIA



MEDICINA ESTETICA



PICCOLA CHIRURGIA AMBULATORIALE



PNEUMOLOGIA E SPIROMETRIA



SENOLOGIA



EPATOLOGIA



GASTROENTEROLOGIA



ANDROLOGIA E UROLOGIA



OCULISTICA

Dott. Ceccarelli Renzo  
Dott.ssa Ignagni Sabina  
Dott.ssa Riccitelli Francesca  
Dott. Torroni Giovanni



NEUROLOGIA



NEUROPSICHIATRIA INFANTILE



ABBADIA MEDICA PER LA PEDIATRIA

- PEDIATRIA
- ELETTROCARDIOGRAFIA
- OCULISTICA
- ORL
- DERMATOLOGIA
- MALATTIE RESPIRATORIE
- NEUROPSICHIATRIA INFANTILE
- LOGOPEDIA

## GIUGNO

**FAI IL TUO CHECK-UP CON LE PROPOSTE DI ABBADIA MEDICA**  
È DISPONIBILE UN AMPIO PANNELLO DI ALLERGENI PER OGNI ESIGENZA  
PROPONIAMO DEI PANNELLI CHE POSSONO ESSERE MODIFICATI  
A SECONDA DELLE NECESSITÀ SOSTITUENDO E/O INSERENDO ALLERGENI.



**RAST INALANTI**  
(graminacee, erbe, polveri, alberi)  
pannello 12 allergeni

**€ 95**

- Cynodon dactylon
- Dactylis glomerata
- Lolium perenne
- Phleum prat.
- Paretaria off.
- Paretaria j.
- Artemisia vulg.
- Dermatophagoides pt.
- Dermatophagoides far.
- Olivo
- Cipresso
- Pioppo

**MINI-RAST INALANTI**  
pannello 6 allergeni

**€ 48**

- Cynodon dactylon
- Phleum prat.
- Artemisia vulg.
- Dermatophagoides pt.
- Dermatophagoides far.
- Olivo

**MINI-RAST INALANTI**  
pannello 6 allergeni  
+ spirometria e visita  
pneumologia

**€ 118**

**RAST INALANTI**  
pannello 12 allergeni  
+ spirometria  
e visita pneumologia

**€ 165**

**PRIST**  
IgE totali

**€ 10**

## GIUGNO

**CONTINUA LA CAMPAGNA DI PREVENZIONE  
DELLA FRAGILITÀ OSSEA E DELLA OSTEOPOROSI**  
È UNA PROPOSTA DI ABBADIA MEDICA



OSTEOPOROSI  
**BASE € 25**  
CALCIO  
FOSFORO  
MAGNESIO  
FOSFATASI ALCALINA  
VITAMINA D

OSTEOPOROSI  
**PLUS € 45**  
CALCIO  
FOSFORO  
MAGNESIO  
FOSFATASI ALCALINA  
VITAMINA D  
PARATORMONE (PTH)

OSTEOPOROSI  
**TOP € 80**  
CALCIO  
FOSFORO  
MAGNESIO  
FOSFATASI ALCALINA  
VITAMINA D  
PARATORMONE (PTH)  
CROSS LAPS SIERICI (CTX)

OSTEOPOROSI  
**BASE + MOC € 55**  
CALCIO  
FOSFORO  
MAGNESIO  
FOSFATASI ALCALINA  
VITAMINA D  
MOC

OSTEOPOROSI  
**PLUS + MOC € 75**  
CALCIO  
FOSFORO  
MAGNESIO  
FOSFATASI ALCALINA  
VITAMINA D  
PARATORMONE (PTH)  
MOC

OSTEOPOROSI  
**TOP + MOC € 110**  
CALCIO  
FOSFORO  
MAGNESIO  
FOSFATASI ALCALINA  
VITAMINA D  
PARATORMONE (PTH)  
CROSS LAPS SIERICI (CTX)  
MOC

## PROSSIMO INIZIO ATTIVITA' ENDOSCOPIA DIGESTIVA

**GASTROSCOPIE ED ESAMI DI FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA**  
Dott. MAURIZIO LONGARONI

Gastroenterologia ed Endoscopia digestiva  
Chirurgia dell'apparato digerente ed endoscopia digestiva  
Chirurgia generale

VISITE SPECIALISTICHE  
gastroenterologia  
chirurgia dell'apparato digerente

ENDOSCOPIA DIGESTIVA  
gastroscopia  
colonscopia

Il dr. Longaroni si interessa  
pertanto di malattia da  
reflusso gastro-esofageo,  
malattia funzionali  
dell'esofago, patologie  
gastroduodenali, patologie  
intestinali stipsi, disturbi  
della defecazione,  
incontinenza, malattia  
emorroidaria.

ESAMI DI FISIOPATOLOGIA DIGESTIVA  
manometria esofagea  
ph-impedenziometria esofagea 24 ore  
manometria anrettale

RIABILITAZIONE DEL PAVIMENTO PELVICO  
biofeedback ed elettrostimolazione

Per informazioni rivolgersi alla Segreteria di Abbadia Medica 0763 301592 - 0763 630216



# Punto Verde

## BLU SALINO NATURE'S:

Una linea ispirata al potere rigenerante degli oligominerali. Un' ondata di note fresche che profumano di mare e di sale create con materie prime eccellenti.

## THE ROSSO NATURE'S:

Il brio degli agrumi si scalda sulle note del tè per infondere alla pelle una rigenerante vitalità. La linea The Rosso propone doccia shampoo, eau de toilette e creme corpo e mani, caratterizzati da una fragranza rivitalizzante. Dapprima si percepisce l'energia rigenerante del Ginger e degli Agrumi, poi spiccano i caratteri freschi del Tè rosso e del Gelsomino, intrecciati alle note fruttate della Prugna. Infine, la scala olfattiva si completa con i toni dei legni ambrati, dei muschi e del sandalo, che insieme disegnano una fragranza esclusiva e originale per una personalità spiccata e vivace.

## NATURAL BENEX:

Una linea studiata per il benessere di gambe, piedi e corpo. Per tutti in estate, per chi sta molto in piedi, per gli sportivi, in caso di lunghi viaggi in aereo, auto e pullman. Rinfresca le gambe, migliora la circolazione e restituisce energia e vitalità.

## HOLOIL:

È un dispositivo medico che coadiuva la rigenerazione e la riparazione tessutale cutanea in lesioni acute e croniche (anche infette). Adatto a tutte le fasi della lesione (detersione, granulazione, riepitelizzazione). Nasce dalla ricerca e dallo sviluppo delle tecnologie di estrazione, produzione e combinazione dei principi attivi di due piante: Neem e Iperico, che grazie alle loro proprietà hanno un'azione lenitiva, di protezione del tessuto lesso o arrossato, coadiuvante nella riparazione e rigenerazione dei tessuti danneggiati, avendo proprietà antisettica.

Si presenta in due formulazioni: oleosa e gel.

Venite all' Erboristeria il Punto Verde e saprò consigliarvi al meglio su ciò che desiderate!

Via delle Mimose, 20 Ciconia - Orvieto (TR) - Tel. 334 3490092  
e-mail: katjatodaro78@libero.it

### ORARI NEGOZIO:

Dal lunedì al sabato 9:30/13:00 - 16:30/19:30  
Chiuso il mercoledì pomeriggio

## IN CHE MODO LA TERAPIA MANUALE PUO' ESSERE D'AIUTO A UNO SPORTIVO?

CHINESIOLOGIA



Per quanto riguarda il trattamento nello sportivo mi soffermerò su 3 punti fondamentali:  
1) PREVENZIONE  
2) MANTENIMENTO  
3) IN ACUTO

### PREVENZIONE:

A livello preventivo, è compito della Terapia Manuale di ricercare i gesti atletici funzionali per il singolo sport, tenerli sott'occhio, evitando così l'insorgenza di compensi o di posture scorrette, che spesso nel tempo possono dare origine all'insorgenza del dolore.

### MANTENIMENTO:

La fase di mantenimento è una sorta di prevenzione continua, dove la Terapia Manuale si occupa di tenere sott'occhio la funzionalità di tutto il corpo per permettere allo sportivo di esprimere sempre il 100% in ogni allenamento e competizione garantendogli la massima funzionalità delle strutture muscolo-scheletriche durante i gesti atletici.

### IN ACUTO:

Prima si inquadra un problema, e prima lo si risolve! Detto questo, la Terapia Manuale durante la valutazione in acuto si occupa di identificare traumi come strappi, contratture, borsiti ecc. consigliando qualora avesse un dubbio diagnostico una visita medica necessaria per la prescrizione di esami strumentali come: ECOGRAFIE, RISONANZE MAGNETICHE ecc. Qualora non ci fossero complicanze mediche, la Terapia Manuale attraverso le manipolazioni è in grado di ristabilire la giusta postura dello sportivo mettendolo nelle migliori condizioni per la ripresa dal trauma, velocizzando così i tempi di recupero.

Vi aspettiamo per una corretta valutazione e successivo piano di trattamento personalizzato.

**TRATTARE IL PAZIENTE "SERIAMENTE" E NON "IN SERIE"**  
Trattarlo come "unico" e non come "uno in più"

I professionisti di Fisiolife:

- CROCCOLINO RICCARDO**  
Masso-Fisioterapista  
Chinesiologo  
Terapista Manuale  
Ginnastica Posturale  
Mezieres  
Preparatore Atletico
- CROCCOLINO GIACOMO**  
Masso-Fisioterapista  
Chinesiologo  
Ginnastica Posturale  
Mezieres

- GIRONI GIOPIA**  
Fisioterapista  
Ginnastica Posturale  
Mezieres  
Specialista in  
Riabilitazione  
Pavimento Pelvico
- GICA SERENA**  
Ostetrica  
Specialista in  
Riabilitazione  
Pavimento Pelvico
- TINI AZZURRA**  
Biologa Nutrizionista



Via Piave 2, Orvieto (Loc. Sferracavallo)  
Cell. 329.92.19.878 - Cell. 392.55.59.214

PRANOTERAPIA



## Efficacia della pranoterapia

Dopo alcuni mesi in cui ho curato questa rubrica, posso iniziare a tracciare un bilancio in base ai feedback ricevuti da voi lettori. In molti avete posto domande, qualcuno si è avvicinato per la prima volta alla pranoterapia, alcuni hanno vinto l'iniziale scetticismo ed altri hanno scoperto capacità pranoterapiche sopite.

Ringrazio cordialmente tutti i lettori per il positivo bilancio, per l'interesse dimostrato e per i nuovi contatti.

Il nostro percorso continua. Oggi mi rivolgo a coloro che ancora nutrono dei dubbi sull'efficacia della pranoterapia.

Il pranoterapeuta coscienzioso ed onesto è il primo ad essere convinto che la sua capacità curativa non sostituisce la medicina ufficiale.

Il pranoterapeuta coscienzioso ed onesto non è in concorrenza con la medicina allopatrica ma sostiene che la pranoterapia integri le cure mediche, aiuti il paziente nel suo percorso e doni sollievo.

Spesso, alcuni "addetti ai lavori" asseriscono che la pranoterapia abbia soltanto un effetto placebo sul paziente. Bene, anche se così fosse, ma non lo è in assoluto, tale beneficio è riconosciuto per un buon 30% anche dalla medicina ufficiale che non nega gli effetti benefici indotti sul paziente.

Ci sono casi dove persone affette da varie patologie si rivolgono al pranoterapeuta dopo aver provato cure mediche senza ottenere risultato.

I miglioramenti ottenuti con la pranoterapia su alcuni di questi casi sono reali e riscontrabili.

La scomparsa totale o un notevole miglioramento di dolori causati da infiammazioni di vario genere tipo: cervicalgia, discopatie, ernie del disco, artrosi, scoliosi sono risultati scientificamente accertabili.

Come accennavo all'inizio di questo articolo un bilancio positivo ed una maggiore informazione sulla pranoterapia che si sta diffondendo grazie ai risultati ottenuti e che io stesso posso testimoniare grazie a molti anni di esperienza sul campo.

Rinnovo la mia disponibilità ad essere contattato da coloro che ne vogliono sapere di più.

Ricordo che ci sono tante persone che hanno la possibilità di poter catalizzare questa straordinaria energia pranoterapica.

Possiamo programmare degli incontri per approfondire questo argomento ed iniziare un percorso gratificante ed utile a tanti nostri simili.



Per info  
Tel. 339 8826860  
Silvano