

LA Campagna PUBBLICITARIA

Progettare una **campagna pubblicitaria** che porti a risultati soddisfacenti è un lavoro paziente e complesso che deve puntare a mettere insieme diversi fattori. In particolare bisogna considerare tutta la catena comunicativa nella sua interezza, calibrando la conoscenza di mittente e destinatario, il contenuto e la forma del messaggio, la sua distribuzione attraverso i veicoli più adatti, gli effetti della campagna stessa ecc. Una buona campagna pubblicitaria deve

ESSERE FATTA A PERFETTA MISURA DEL BRAND: è dunque necessario conoscere a fondo la sua storia, la filosofia e i valori. Questo significa anche analizzare con attenzione il suo settore merceologico, il mercato e la concorrenza per avere un quadro d'insieme e valutare i punti di forza della marca e del prodotto/servizio.

Nella **COMUNICAZIONE PUBBLICITARIA** è importante non solo il mittente, cioè l'azienda, ma anche il destinatario, ovvero il consumatore a cui ci si vuole rivolgere. **Individuare il giusto target**, segmentare con precisione le sue caratteristiche e definire le modalità più adatte con cui raggiungerlo è di estrema importanza perché la campagna venga indirizzata senza di-

spersioni e senza sprechi di investimenti.

Quando si parla di pubblicità e comunicazione **LE REGOLE** non sono mai definitive e immutabili: anzi, ogni azienda ha le proprie esigenze e le proprie caratteristiche e deve dunque comunicare in linea con questi parametri. Proprio per questo è bene cercare assieme, in una fitta **collaborazione fra agenzia e client**, l'idea che meglio sappia interpretare queste necessità e tradurle in proposte comunicative d'impatto e soprattutto su misura per il cliente con cui si ha a che fare.

Sono due i principali fattori che influiscono sul tono di voce e sullo stile di un pub-

blicità: da una parte **IL MESSAGGIO** che l'azienda vuole trasmettere, influenzato dai suoi obiettivi comunicativi e dall'impronta generale che si vuole dare al prodotto; dall'altra, **IL TARGET DI RIFERIMENTO**, al quale bisogna adattare le modalità espressive e il tono del nostro linguaggio. **Solo mediando fra questi due poli la comunicazione avverrà con immediatezza ed efficacia.**

Il linguaggio verbale è sicuramente importante ma deve sempre essere accompagnato da un **IMPIANTO VISIVO** che ne valorizzi il messaggio e lo renda più accattivante ed esteticamente stimolante. **I loghi, la grafica, il carattere, i colori, le illustrazioni:** tutto deve essere curato per

essere coerente al messaggio comunicativo e allo stesso tempo per esaltarlo, farlo rimanere impresso e, se possibile, per contribuire al ricordo anche emotivo della pubblicità.

Per catturare l'attenzione del consumatore **una pubblicità deve dire qualcosa di originale, ma deve anche cercare di trasmettere positività:** allegria, spensieratezza, successo, sogno, sentimenti. Tutto ciò fa sì che il cliente sia ben disposto a immedesimarsi con l'identità del prodotto o dell'azienda. Anche far riflettere e far pensare inducono positività in quanto implicano crescita intellettuale, l'importante è evitare che pesantezza o difficoltà di interpretazione indirizzino il destinatario verso altri messaggi.

LA CONCORRENZA del mercato odierno è sempre più alta: parlare delle caratteristiche tecniche o delle qualità dei prodotti può fornire informazioni che si perdono nelle miriade di tante altre. Più efficace è invece focalizzarsi sull'esperienza che un prodotto garantisce: il **marketing esperienziale** aiuta le aziende a coinvolgere emotivamente il consumatore facendo leva sulle parti più istintuali della sua sfera decisionale.

I social media di recente sviluppo aiutano a diffondere sempre maggiormente i contenuti legati alle comunicazioni pubblicitarie, avendo la possibilità di ricevere in tempo reale feedback e commenti dai consumatori stessi

LA VIA DELLA RIPARTENZA
È TUTTA IN SALITA

MA NOI ABBIAMO I RAZZI!

IMPIANTI PUBBLICITARI

...per ogni esigenza comunicativa. Nascono per dare ai nostri clienti il massimo della visibilità su tutto il territorio di Orvieto, e sono posizionati su strade principali e punti strategici di passaggio.

Disponiamo di circuiti di cartelli formato 100x140 cm. che coprono le zone interne ed esterne di Orvieto e sono tutti posizionati in punti strategici di maggior passaggio (vicino a scuole, sedi di lavoro, strade di raccordo, ambienti ricreativi e di ristorazione, impianti sportivi, ospedale, studi medici, ecc...).

I nostri "grandi impianti" comprendono cartelli monofacciali o bifacciali formato 6x3 e 3x2 mt., di cui alcuni dotati di illuminazione, interna ed esterna, oltre ad un elegante impianto rotativo luminoso. Tutti sono dislocati in maniera mirata e omogenea sul territorio.

VELE PUBBLICITARIE

Se cerchi pubblicità in movimento ti proponiamo le vele pubblicitarie: mezzi nuovi, eleganti, gestiti direttamente da noi su strada con tutta la cura e la professionalità del nostro personale specializzato.

Le nostre vele, 6x3 mt., offrono la possibilità di comunicare non solo sul territorio di Orvieto ma anche nelle regioni limitrofe come Toscana e Lazio! Naturalmente, anche in tutta la nostra regione: l'Umbria.

Il formato mt. 6x3 dà la possibilità di comunicare "in grande", ma non dimentichiamoci l'ultimo arrivato: il "Messaggio del vicino"! Una vela di piccolo formato che, grazie alle sue dimensioni e versatilità, offre un servizio "snello e simpatico" per chi vuole comunicare raggiungendo più facilmente tutti gli angoli, anche i meno accessibili, del territorio di Orvieto.



I nostri impianti sono pensati per soddisfare ogni necessità comunicativa e dare al cliente il massimo della visibilità sul territorio.

CHIAMA

IL VICINO
PUBBLICITARIA

0763.393024

Alcuni dei nostri ultimi lavori



#manoiabbiamoirazzi

STAMPA

Stai cercando prodotti di stampa?

Rivolgiti a noi e potrai stampare qualsiasi materiale promozionale pubblicitario scegliendo tra tantissimi prodotti utili alla tua attività commerciale. Insieme possiamo scegliere tra centinaia di soluzioni per promuovere il tuo business.

Stampe su supporto cartaceo, come volantini, pieghevoli, brochure, biglietti da visita, manifesti, poster, locandine, riviste, cataloghi, calendari ed in generale tutto ciò che può essere stampato su carta;

Stampa su supporti rigidi come forex, polionda, altri tipi di materiali e pannelli pubblicitari in genere.

Stampa di pvc adesivi, vetrofanie, etichette, tovaglette, materiali per fiere ed eventi, gadget pubblicitari, abbigliamento con stampa personalizzata ed ogni tipo di prodotti promozionali come bandiere, striscioni, roll-up ed espositori.

Ideazione e realizzazione di campagne pubblicitarie incisive ed efficaci grazie alla professionalità e all'esperienza dei nostri responsabili marketing.



GRAFICA

Parte fondamentale della comunicazione pubblicitaria è il lavoro grafico, ossia la creazione di una immagine identificativa e riconoscibile del tuo brand.

Proponiamo un percorso personalizzato dall'ideazione del logo aziendale alla realizzazione grafica delle singole campagne pubblicitarie, tenendo conto delle differenze tra i vari canali di comunicazione scelti, siano essi carta stampata, affissione, campagne online, ecc...

Tutto coordinato dalla sinergia tra i nostri creativi ed il cliente.

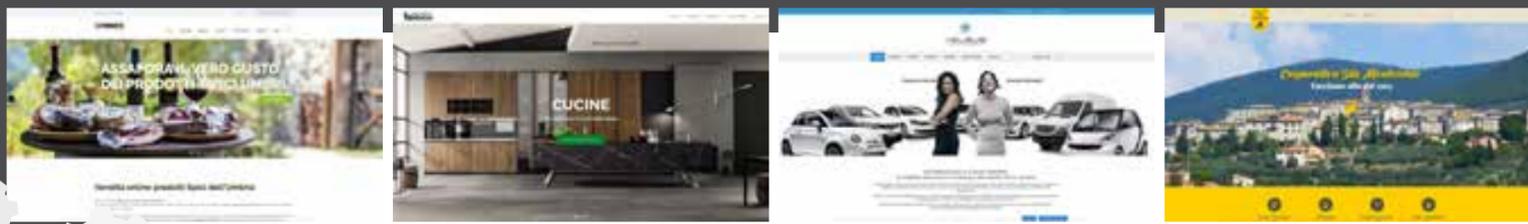
Il Vicino pubblicitaria è in grado di offrire anche questo servizio come parte integrante di un lavoro completo di ogni singola campagna marketing.



#manoiabbiamoirazzi



Lo studio è all'interno dell'agenzia stessa: si parte dallo studio del nome, a quello del logo per creare un'immagine coordinata adatta allo stile e al messaggio del brand.



SITI WEB

Da più di 20 anni operiamo nel settore web marketing con i migliori risultati raggiunti dai clienti che si rivolgono a noi.

Realizziamo siti web responsive, predisposti per essere indicizzati, sicuri e veloci, esteticamente all'avanguardia nella costruzione grafica accattivante e seducente. Insomma, tutto quello che serve per proporre la tua attività sulla rete in modo moderno ed efficace.

Lo scopo del nostro lavoro è dare visibilità sul web, sia con siti internet che con i social: ultima frontiera della comunicazione pubblicitaria, diventati ormai assolutamente necessari.

Creare o aumentare le visualizzazioni significa fare campagne mirate all'acquisizione di contatti, quindi, all'aumento esponenziale delle probabilità di convertire in vendite.



La nostra esperienza al servizio del cliente lo accompagna direttamente nel futuro della comunicazione.

SOCIAL MEDIA

Al giorno d'oggi è impossibile pensare di avere una presenza online senza avere un rapporto con i social media come, soprattutto, Facebook e Instagram. L'obiettivo di questi ultimi non è soltanto finalizzato alla vendita di un prodotto o servizio, ma anche alla fidelizzazione del cliente, che diventerà non un semplice fan, ma parte della vita social della pagina stessa, aiutando il brand a crescere di notorietà sulla piattaforma ma anche tramite il vecchio passaparola.

Il Vicino Pubblicitaria per tutto questo si avvale di un reparto giovane e sempre aggiornato che guiderà ogni campagna pubblicitaria con la creatività e la vena virale che lo contraddistingue. Utilizziamo i social come fossero rappresentanti virtuali, lavorando sull' "immagine sociale" il nostro team offre risultati tangibili da ogni campagna: la forza dei social è vedere nero su bianco la conversione dei "LIKE" e non solo...

0763.39 30 24



www.ilvicino.it

#manoiabbiamoirazzi

A Faldo la prima selettiva del Campionato Regionale Umbro di pesca al colpo.

In quel di Montone, comune situato a circa otto chilometri da Umbertide, in provincia di Perugia, si trovano i laghi di Faldo. Si tratta di tre bacini artificiali con una estensione complessiva di circa sei ettari ed una profondità di cinque - sei metri. Sono gestiti dal CONI - FIPSAS ed interamente dedicati alla pesca sportiva. In questa imponente area la Federazione organizza diversi eventi, manifestazioni o sessioni di pesca notturna, seminari nonché enduro di carpfishing. Domenica 11 aprile nel lago più esteso, che approssimativamente misura 500 metri di lunghezza per 200 di larghezza,

il posto gara, l'indossare le mascherine prima di entrare ai box, il distanziamento sociale durante la pesatura e l'assenza della consueta cerimonia di premiazione che si è svolta con la semplice consegna delle buste con i premi previsti per i primi classificati. In una giornata abbastanza fredda, con pioggerellina all'inizio, poi cessata, è iniziata la competizione con il lago che appariva piatto, ma che è andato via via increspandosi



Abbiamo raccolto le testimonianze di alcuni amici garisti della Lenza Orvietana Colmic Stonfo, che partecipava con una squadra formata da Mirko Caiello, Marco Battisti, Massimo Pagnotta e

punta" per poi forzatamente provvedere ad allungarsi.

Chi aveva impostato la pesca su montature robuste, incentrandola nella ricerca delle

carpe, nonostante abbia perseverato, non ha combinato quasi niente. Coloro che hanno optato per una pesca più leggera, sul fondo, e con una pasturazione costituita da bigattini incollati e limitata all'essenziale, hanno potuto raggiungere un peso che di media è stato ben sotto il chilogrammo, con punte di 3 Kg circa per i più bravi ma fino a pochi grammi per coloro che non hanno saputo interpretare al meglio la pesca.

Nonostante da poco fosse stato fatto un ripopolamento con diversi quintali di carassi, questi si sono inevitabilmente rarefatti in uno specchio d'acqua di così notevoli dimensioni per cui le catture si sono limitate a piccoli esemplari di poco più di un etto di peso ed a qualche carpetta, mentre sono praticamente mancati i pesci di maggiore taglia, che indubbiamente avrebbero fatto la differenza.

Renato Rosciarelli



za, si è ripartiti alla grande con una gara di pesca al colpo con tecnica a Roubasienne ed organizzata dall'ASD Club Pescasportivi Umbertide. Ben 170 concorrenti che, dopo mesi e mesi di astinenza dalla pesca agonistica, si sono cimentati schierandosi su 12 settori da 10 concorrenti per un totale di 120, per la prova a squadre, e in 50 per la prova individuale.

Naturalmente per poter disputare una gara simile, iscritta tra quelle di "Preminente interesse nazionale" ed inserita in un calendario approvato dal CONI, si sono dovute rispettare tutte le regole del D.P.C.M. 2 marzo 2021 adottando tutti gli accorgimenti dettati della normativa anti Covid - 19, come il sorteggio online per

con il vento che è progressivamente aumentato d'intensità mettendo tutti in difficoltà, specialmente quelli che lo prendevano di fronte o di traverso.

SOLO COSE BUONE DALLA NATURA



Canale di Orvieto
Località Botto, 23
Tel. 0763 29010

VASTA SCELTA DI CANNE, MULINELLI, ACCESSORI ED ESCHE VIVE, ANCHE PER IL MARE.
Vi Aspettiamo in Negozio in tutta Sicurezza

Zaghino
PESCA E SPORT ZAGHINO

Pesca e sport Zaghino
Via degli Eucalipi, 27/a Orvieto (TR) Tel. 335/348740 - 0763/302317
Aperto anche Domenica mattina fino alle 12:00 - www.zaghinopesca.com

PROGRESSO O LENTO REGRESSO?

Futuro e progresso non camminano alla stessa velocità. Basti pensare che in certi ambiti sono stati fatti passi da gigante ed in altri, purtroppo siamo fermi ad invenzioni o costruzioni del secolo scorso.

Un esempio. Pensiamo che almeno l'80 per cento delle merci presenti nella gigantesca nave portacontainer che il 23 marzo ha bloccato il canale di Suez e le 320 imbarcazioni in coda dietro di lei (di cui un terzo sono navi porta-

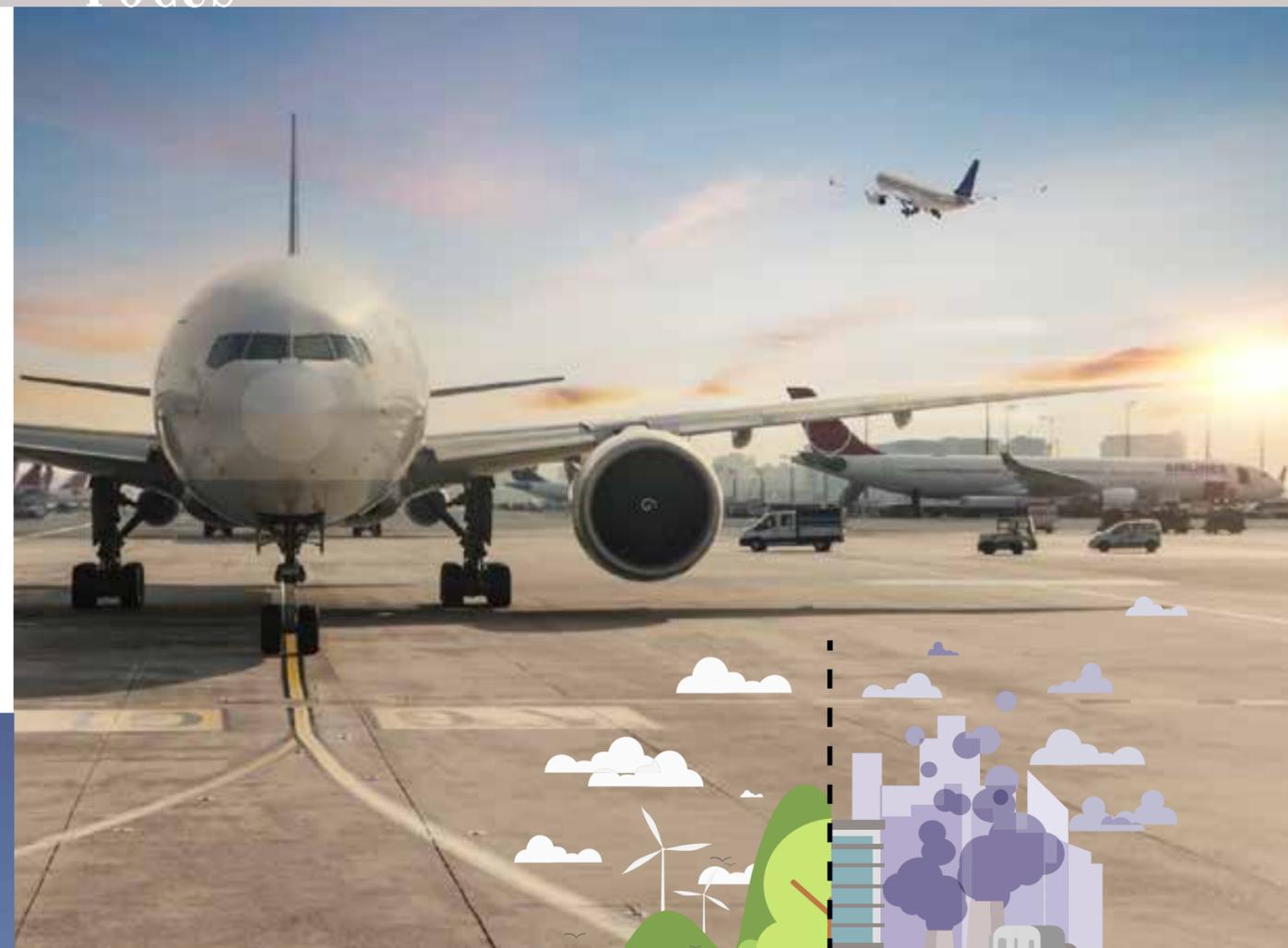
container e per il trasporto di automobili) non avevano davvero bisogno di girare mezzo mondo. La merce poteva essere prodotta molto più vicino a dove è stata richiesta. E in realtà è così che andavano le cose pri-

ma. Prima del 'progresso'. Adesso che questa dannata mega-nave è stata finalmente liberata dai fondali, le normali attività riprenderanno e ogni giorno circa cinquanta imbarcazioni, responsabili di un ottavo del commercio mon-

diale, potranno nuovamente attraversare il canale di Suez. L'Egitto indubbiamente riesaminerà la sua decisione di lasciare la parte meridionale del canale a corsia unica e vivremo tutti felici e contenti...si fa per dire.

Caricare grandi quantitativi di merci superflue e di basso valore su gigantesche navi portacontainer ha senso solo per i contabili. Per buona parte dei beni trasportati da queste imbarcazioni il ciclo di vita è il seguente: sono estratti da un buco nel terreno, trasformati in beni di consumo, spediti in mezzo mondo e quindi sepolti in un altro buco nel terreno. L'unica giustificazione per questa estrema manifestazione della globalizzazione è che i salari di una parte del mondo sono più bassi di quelli dell'altra parte. Ma è un ciclo mortale per gli equipaggi, ed è infernale per l'ambiente, perché quasi tutte queste navi bruciano oli combustibili.

La sola Ever Given, navigando, produce ogni giorno un inquinamento pari a cinquanta milioni di automobili.



Un paragone più pertinente, forse, è quello tra il settore del trasporto marittimo e quello dell'aviazione. Ognuno di questi produce circa il 3 per cento delle emissioni totali di origine umana, entrambi stanno crescendo rapidamente ed entrambi sono due belle gatte da pelare.

Il loro problema fondamentale e condiviso è che non si possono facilmente elettrificare navi e aeroplani. L'elettricità prodotta da fonti buone e pulite come energia solare, eolica o idrica è di scarso aiuto, a causa della deplorabile mancanza di cavi sufficientemente lunghi. Anche le batterie sono troppo pesanti per gli aerei, e non durano abbastanza per le navi che trascorrono settimane in mare.

È per questo che sia il commercio marittimo sia l'aviazione commerciale sono stati esclusi fin dall'inizio dal sistema di quote delle emissioni inquinanti cui hanno aderito i vari paesi.

Al suo posto, all'Organizzazione marittima internazionale (Imo) e all'Associazione internazionale del trasporto aereo (Iata) è stato dato l'incarico di ridurre le emissioni del loro settore. Con i risultati che potete immaginare.

Nel 2018 l'Imo ha promesso per la prima volta un'effettiva riduzione delle emissioni di anidride carbonica dovute al trasporto marittimo: una riduzione del 50 per cento entro il 2050. Non emissioni "zero" entro il 2050, come hanno promesso 110 paesi, ma solo la metà. È un buon inizio: o almeno lo sarebbe, visto che l'Imo non comincerà a far ridurre effettivamente le emissioni prima del 2029 o 2030.

Ci sono due modi di limitare i danni derivanti dalle emissioni di carburante usato nei trasporti via mare. Uno è bruciare olio combustibile a

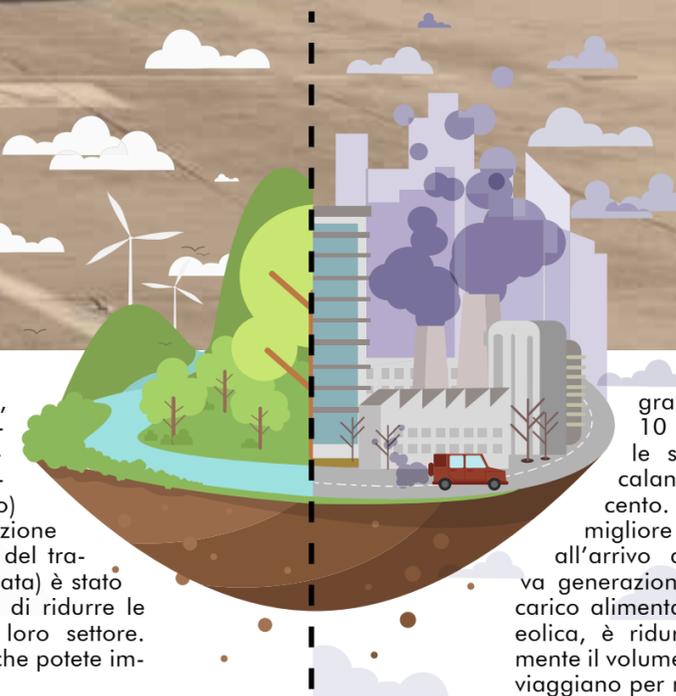
basso tenore di zolfo (che ha un costo supplementare compreso tra 15 e 20 dollari a tonnellata), che riduce le emissioni di anidride solforosa ma non l'anidride carbonica. Tuttavia la maggior parte delle navi brucia olio combustibile più economico, installando "depuratori a circuito aperto" per portare le emissioni allo 0,5 per cento di zolfo invece che al 3,5 per cento, scaricando lo zolfo in eccesso nell'oceano.

L'unico modo per tagliare velocemente le emissioni di anidride carbonica nel trasporto marittimo è abbassare la velocità delle navi: riducendo la velocità di una

grande nave del 10 per cento, le sue emissioni calano del 27 per cento. Ma la misura migliore di tutte, fino all'arrivo di una nuova generazione di navi da carico alimentate a energia eolica, è ridurre semplicemente il volume di merci che viaggiano per mare.

Potremo comunque avere mobili da giardino a buon mercato, scarpe da ginnastica di marca e uova di Pasqua di plastica, se lo vorremo, ma saranno prodotti più vicini a casa nostra e li pagheremo un po' di più.

E occorrerà fare, sul settore marittimo mondiale, una pressione per la riduzione delle emissioni almeno uguale a quella che l'opinione pubblica sta già esercitando sul settore dell'aviazione.



Riabilitazione pre-post intervento chirurgico.

RIEDUCAZIONE PRE – OPERATORIA

Nel momento in cui siamo costretti a sottoporci ad un intervento chirurgico di qualsiasi natura, ciò che spaventa maggiormente, sono le possibili difficoltà post-operatorie legate all'importante e delicata fase della riabilitazione.

Anche se da molti viene sottovalutata, a favorire un recupero più rapido e graduale possono essere di enorme aiuto le sedute fisioterapiche preoperatorie.

La Riabilitazione comincia ancora prima dell'operazione!

Ci riferiamo agli interventi chirurgici pianificati da tempo e che consentono un periodo sufficiente per effettuare queste sedute e non a interventi chirurgici d'urgenza o legati ad esempio a incidenti o circostanze imprevedibili.

Sono due gli obiettivi principali:

- Insegnare gli esercizi che saranno poi effettuati in fase di riabilitazione vera e propria.
- Sono molto utili a potenziare la muscolatura (ad esempio per un intervento alla gamba), piuttosto che la capacità respiratoria (per un intervento di asportazione di un lobo polmonare), in vista di un successivo e inevitabile decadimento.



RIEDUCAZIONE POST – OPERATORIA

La riabilitazione post-operatoria è un percorso finalizzato a raggiungere il miglior risultato possibile dopo un intervento chirurgico.

Prevede una serie di esercizi riabilitativi, svolti sotto l'occhio vigile del terapeuta, atti a favorire il recupero completo del paziente o meglio delle sue attività motorie.

La riabilitazione post-operatoria segue una serie di tecniche specifiche, su misura per ogni paziente. E' particolarmente indicata per curare:

spalla, gomito, polso, ginocchio, caviglia, anca, colonna vertebrale. I tempi di recupero nella fase di riabilitazione post-operatoria vanno in base a vari fattori, come il tipo di intervento a cui si è sottoposti, la volontà e il fisico del paziente, la zona infortunata, ecc.

La bravura e la capacità dei nostri terapisti è quella di individuare il percorso riabilitativo migliore da intraprendere per raggiungere in minor tempo possibile i risultati programmati.

I professionisti di Fisiolife:



Dott. CROCCOLINO RICCARDO
Fisioterapista, Osteopata
Chinesiologo
Ginnastica Posturale Mezieres
Preparatore Atletico



Dott.ssa GIRONI GLORIA
Fisioterapista
Specializzata in: Ginnastica Posturale
Mezieres e Rieducazione Pavimento
Pelvico



**Dott. FRANCESCO
CECCARELLI**
Biologo
Nutrizionista



Dott. CROCCOLINO GIACOMO
Masso-Fisioterapista
Chinesiologo
Ginnastica Posturale Mezieres



CICA SERENA
Ostetrica
Specializzata in Rieducazione
Pavimento Pelvico



GIULIANA MAZZOCCHINI
Operatrice qualificata
- kobido
- Shiatsu

CONTATTACI PER AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI

Tel. 329 9219878 - 339 2028734

Orvieto, Via Piave 1/3 (Sferracavallo)

fisiolifeorvieto@gmail.com - www.studiofisiolife.it

Dott. Giuliano Barbabella

IL DOTTORRE 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.



OPPORTUNITÀ E OPPORTUNISMO.

Nel parlare di un argomento come l'opportunità, non così scontato come si possa pensare, è per me importante prima prendere in esame un altro concetto: quello di opportunità. A mio avviso esistono due modi per rapportarsi ad essa: il primo è quello di aspettare che si presenti, il secondo è quello di costruirla o cercarla attivamente.

Prendiamo come esempio una persona che ha bisogno di un lavoro. C'è chi aspetta che il lavoro bussì alla propria porta o nella speranza che un altro possa proporglielo tramite chissà quale raccomandazione o passaparola o c'è invece chi si mette a visionare annunci su giornali o su internet o chi ancora, prendendo spunto da qualcuno o qualcosa crea un lavoro che fa per lui. Potrei continuare ma credo di aver reso bene l'idea per cui si rientri nella categoria o di "coloro che attendono l'occasione giusta" o di "coloro che si danno da fare".

Tale suddivisione è importante per comprendere chi è l'opportunisto e non solo nell'accezione negativa del termine per cui quest'ultimo viene visto solamente come un arrampicatore sociale che sfrutta la situazione a proprio vantaggio tradendo il rispetto delle regole condivise, degli impegni presi e della sensibilità dell'altro. Sebbene questa definizione sia giusta rappresenta, però, solo un aspetto dell'opportunità: l'aspetto distruttivo che equivale per lo più alle persone che rientrano nella prima categoria di cui parlavo in precedenza. Essere opportunisti significa anche trovare un modo sempre più funzionale per sopravvivere, significa darsi da fare, nonché, di conseguenza, mettere in risalto una modalità non passiva di relazionarsi con il mondo e una ricerca attiva dell'opportunità (ecco la seconda categoria).

Se seguiamo questa lunghezza d'onda l'opportunisto è una persona flessibile, inventiva, dinamica. Pensiamoci bene. Se la nostra specie non fosse stata opportunisto nello "sfruttare" in modo costruttivo e creativo l'ambiente circostante, noi oggi non saremmo qui. Non sto assolutamente sostenendo chi passa sopra all'altro o ai valori della comunità per il proprio interesse, ma non voglio neanche de-valorizzare chi, nel rispetto di quest'ultimi, ha la capacità di trarre il massimo da ogni contesto.

Tale caratteristica può essere tranquillamente un segno distintivo rispetto alla consapevolezza di sé, al coraggio di prendere posizione, alla libertà mentale che si può aver acquisito. Un segno, oltretutto, di assoluta resilienza, ossia di una spiccata capacità nell'affrontare e gestire ogni situazione compresi periodi di difficoltà o eventi negativi. In tale senso, in un periodo come quello che stiamo passando, questo opportunismo costruttivo potrebbe veramente essere un valore aggiunto e non un qualcosa esclusivamente percepito in modo dispregiativo.

Al prossimo numero.

Per appuntamento: 339 2189490

Studio in Orvieto: Piazza Marconi, 1

Studio in Perugia: Via del Bovaro, 19

Studio FISIOMED in Ciconia: Via degli Aceri, 58/60

PSICOLOGIA



PSORIASI E MARE

Innescata e sostenuta da un processo infiammatorio, la psoriasi può manifestarsi in associazione a svariate patologie.

Tra queste, le più diffuse sono le malattie cardiovascolari, le malattie infiammatorie croniche finanche la depressione. Fino a qualche anno fa, la psoriasi è stata considerata soltanto una malattia della pelle.

In realtà, la psoriasi non è solo una patologia cutanea: essendo una malattia a carattere sistemico, ovvero che ha la potenzialità di colpire tutti gli organi, ha inevitabili ripercussioni anche sulla sfera psicologica e relazionale. Frustrazione, senso di impotenza, rabbia e alti livelli di ansia sono emozioni spesso vissute dal paziente e ne condizionano l'immagine personale e l'autostima.

La visibilità delle lesioni cutanee spesso crea imbarazzo e questo innesca una forte ripercussione sulle relazioni sociali oltre che quelle familiari.

Questo senso di frustrazione e di imbarazzo aumenta in funzione della localizzazione delle chiazze che spesso fanno la loro comparsa su viso, mani e cuoio capelluto.

Generalmente con l'esposizione al sole ed al mare la psoriasi tende a migliorare.

Infatti è stato dimostrato come l'Haloterapia terapia del sale Aerosal, grazie all'azione antinfiammatoria del sale medicale aiuta chi è soggetto a psoriasi a migliorare tale condizione.

La terapia del sale Aerosal riproducendo nei suoi ambienti confinati le condizioni del microclima marino aiuta a ridurre le infiammazioni dovute a questa fastidiosa patologia, ridandoti la serenità della vita sociale che desideri.

Per aiutarti a respirare meglio scopri tutti i benefici della terapia del sale Aerosal

LA CLINICA DEL SALE DI ORVIETO OFFRE SUPPORTO ONLINE

Sul sito www.aerosal.it è attivo il servizio

IL MEDICO RISPONDE

a cura della Dott.ssa Alessia Bertocchini specializzata in Pediatria Chirurgica.

- BABY DOCTOR -

Dott.ssa Alessia Bertocchini

Potrete scrivere direttamente al pediatra fare domande mirate relative al trattamento prima, durante e dopo per poter personalizzare al massimo il vostro percorso con il metodo AEROSAL.



aerosal

Aerosalmed presso Clinica del Sale Orvieto

Maria Letizia Giorgio

Piazza del Fanello, 19 - Ciconia - Orvieto (TR)

Tel. 393 6710115

AEROSAL

FARMACIA FRISONI E PARAFARMACIA
&
BEAUTY CONCEPT



LIPOMAX
 SCOLPISCE E MODELLA IL CORPO
 CON LA LIPOSCULTURA

Riduce e modella grazie all'azione caldo-freddo.

L'ultima innovazione tecnologica che dà un taglio al grasso localizzato e riduce gli inestetismi della cellulite con l'esclusivo Slim Thermal Cycling.

Lipomax utilizza una tecnologia esclusiva capace di combinare contemporaneamente due diverse energie dimagranti al fine di ottenere una visibile riduzione del tessuto adiposo già dalle prime sedute.



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

Numero Verde WhatsApp Farmacia **3343639244** • Parafarmacia **3665437130** • Beauty Concept **3291456221**

Via Monte Nibbio, 16 Orvieto (TR) - Tel. 0763 301949
 Via Angelo Costanzi 59/b - cc Porta d'Orvieto - Tel. 0763 316183



CLINICHE ARCONO

Eccellenza dentale ad Orvieto

Tecnica All-on-4 e implantologia zigomatica.

Lo Studio Arcone continua ad investire in tecnologia ed eccellenza medica. Importanti strumenti diagnostici e operativi come la T.C. Dentalscan, le ricostruzioni in 3D del cranio, gli ultrasuoni per chirurgia, e la MAGNETODINAMICA ci hanno permesso di eseguire, anche ad Orvieto, interventi di Implantologia Zigomatica.

Differenze tra impianti zigomatici e tecnica All-on-4: caratteristiche e opportunità di cura

Le innovazioni dell'implantologia hanno portato alla risoluzione di tante problematiche, ma allo stesso tempo generano dubbi sulle caratteristiche delle principali tecniche. Un punto rilevante, da questa prospettiva, riguarda le differenze tra impianti zigomatici e tecnica All-on-4.

Perché gli impianti zigomatici funzionano e a chi sono rivolti

Gli impianti All-on-4 e zigomatici hanno anzitutto in comune l'essere delle soluzioni tecniche concepite per i pazienti che soffrono della perdita dei denti e hanno una scarsa quantità d'osso. Dal punto di vista tecnico, costituiscono una valida risposta ai pazienti che sono vittime di serie forme di atrofia al mascellare. Anche quanti non hanno modo di utilizzare protesi fisse o mobili, a causa appunto della ridotta presenza d'osso, possono approfittare dell'efficacia di queste due tecniche.



Partiamo dagli impianti zigomatici

Rappresentano un'eccellente alternativa all'innesto osseo nei casi di atrofia mascellare. Nei soggetti considerati sul piano clinico idonei, in cui la presenza d'osso nell'arcata superiore risulti particolarmente limitata, l'implantologia zigomatica ricorre alla solidità delle ossa dello zigomo. Grazie a queste, nei casi clinicamente idonei, si può collocare la protesi fissa anche nell'arco di 48-72 ore dall'intervento, viene eseguito in sedazione cosciente con enormi vantaggi per il paziente, in termini positivi senza: stress, ansia, dolore, percezione e ricordo dell'intervento.

Il disagio post-intervento è limitato e mediante una sola operazione viene assicurata una concreta soluzione al paziente. Le elevatissime probabilità di successo rendono l'operazione sicura.

L'efficacia della tecnica All-on-4

La tecnica All-on-4, ovvero "Tutto su 4", rappresenta un'opzione efficace per le situazioni che implicano una quantità d'osso non idonea all'innesto di impianti ricorrendo alla tecnica tradizionale. Sono interessati i pazienti che hanno almeno un'arcata senza denti, sia superiore che inferiore.

È possibile così procedere nella ricostruzione dell'intera arcata dentale attraverso l'inserimento di soli quattro impianti endossei. Si tratta di una tecnica che porta a un ancoraggio dei denti assolutamente stabile. Un importante risvolto pratico, per il paziente, è il ritorno a una masticazione corretta.

Tra le qualità distintive della tecnica All-on-4 troviamo la possibilità di intervenire anche in soggetti con atrofia ossea, ricorrendo a zone della bocca in cui il riassorbimento osseo è minore. Ha un limitato livello di invasività e fornisce ottimi riscontri, come gli impianti zigomatici, per ciò che riguarda il piano estetico nonché quello funzionale. Anche per questa tecnica ci avvaliamo di un professionista ospedaliero specializzato in anestesia per la sedazione cosciente.

L'importanza e i vantaggi del carico immediato

In comune le due tecniche hanno la possibilità di ricorrere al carico immediato. Grazie all'implantologia a carico immediato, nei pazienti che noi riteniamo adeguati in termini clinici, sono inseriti impianti in titanio e fissate le corone provvisorie nell'arco di 48-72 ore dall'operazione.



Intervento eseguito ad Orvieto nel gennaio 2020

Prof. Sergio Corbi
 Medico Chirurgo
 Odontoiatra
 Specialista in chirurgia Maxillofaciale
 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



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

ORARIO CONTINUATO

Prima visita e check-up completo senza impegno

AMPIO PARCHEGGIO

Finanziamenti a tasso 0

CONOSCETE I LUPINI?

I lupini sono legumi originari dei Paesi Orientali e diffusi sin dai tempi più remoti nelle aree del Mediterraneo e del Medio Oriente, dove vedevano riconosciuto un ruolo importante nell'alimentazione umana, anche in virtù del fatto che si coltivavano molto più facilmente rispetto ad altri tipi di legumi. La pianta di lupino si adatta molto bene a terreni acidi ed aridi e a climi ostici e sfavorevoli, dove altre piante non crescono, ed inoltre ha il potere di migliorare la fertilità del terreno.

La pianta dei lupini appartiene alla famiglia delle leguminose ed è rappresentata in Italia da diverse specie spontanee, ma le forme coltivate sono sostanzialmente tre: *Lupinus albus* (fiore bianco), *Lupinus luteus* (fiore giallo) e *Lupinus angustifolius* (fiore blu), quest'ultimo diffuso allo stato spontaneo nel territorio etneo. La specie più coltivata nell'area mediterranea è il lupino bianco.

SAPETE CHE I LUPINI HANNO INNUMERAVOLI PROPRIETÀ NUTRIZIONALI?

I lupini sono tra i legumi più ricchi di proteine, e sono secondi solo alla soia rispetto al contenuto proteico. Possono essere definiti una vera e propria miniera di sali minerali, in particolare ferro, calcio e fosforo, quindi sono un alimento prezioso per chi soffre di anemia o di osteoporosi. Contengono anche una modesta quantità di vitamine B1, B2 e B3.

Adatti sia a celiaci, perché naturalmente privi di glutine, e ai diabetici, perché praticamente privi di zuccheri ed in grado di



I LUPINI

man- tenere bas- sa la glicemia.

I lupini contengono anche degli alcaloidi molto amari e poten-

zial- m e n - te tossici, che devono essere eliminati mediante un prolungato lavaggio prima che i semi possano essere commestibili.

Il vantaggio è che questo passaggio, essendo molto lungo e di

ED ECCO UNA RICETTA PERFETTA PER MANGIARE QUESTI LEGUMI POCO CONOSCIUTI:

- 100 gr. di lupini in salamoia;
- 200 gr. di spinaci freschi;
- 1 spicchio d'aglio;
- pan grattato;
- 100 gr. di yogurt greco;
- 1 cucchiaino di curry.

Sbucciare i lupini e sciacquarli leggermente sotto l'acqua, dopo di che saltarli in padella con olio evo, uno spicchio d'aglio e gli spinaci freschi.

Aggiungere un goccio appena di acqua. Quando gli spinaci si saranno appassiti e tutto avrà preso sapore, aggiungete un pizzico di sale e di pepe nero poi frullate tutto in un mixer.

A questo punto formate delle crocchette e impanatele nel pan grattato. Disponete le crocchette sulla teglia da forno o in una padella con olio evo e cuocete per 5 minuti, girandole di tanto in tanto.

Nel frattempo preparate una salsa per intingere le vostre crocchette. Io ho mescolato la crema di yogurt greco con un cucchiaino di curry, è un ottimo accompagnamento leggermente piccante e speziato che da quel tocco in più alle vostre crocchette!



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

Tel. 328 8633173
azzurra_fini@hotmail.it

NUTRIZIONE

non facile esecuzione, non può essere eseguito in casa, quindi, i lupini si trovano in commercio per lo più cotti e conservati sottovuoto, dunque sono pratici e pronti al consumo. I lupini sono un legume facile da digerire.

Aiutano a metabolizzare i grassi, i carboidrati e le proteine. Una riserva inesauribile di energia, capace di saziare e di affrontare con più serenità i problemi quotidiani. Alcuni studi hanno confermato che, grazie all'omega 3, aiutano a prevenire i radicali liberi e l'invecchiamento cellulare.

Riducono inoltre il colesterolo LDL nel sangue e prevengono l'ipertensione.

Dopo un attento esame, i risultati hanno dimostrato come i lupini riescono a offrire numerosi benefici anche al cuore.

Come tutti i legumi, i lupini dimostrano di avere diversi benefici nei confronti dell'organismo anche grazie all'elevata presenza di fibre, riescono infatti a prevenire il problema della stipsi, accelerando anche il transito intestinale.

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



PERCHÉ È IMPORTANTE LA PREVENZIONE UROLOGICA.

Tramite la **visita urologica** è possibile diagnosticare, escludere o controllare i disturbi di carattere urologico come ad esempio: l'incontinenza, le infezioni e le calcolosi delle vie urinarie, i disturbi legati alle funzioni sessuali, le neoplasie, le infezioni genitali maschili e femminili e le prostatiti nell'uomo.

Sottoporsi a controlli urologici periodici permette la **diagnosi precoce** e quindi l'intervento tempestivo in caso di **numeroso patologie tumorali** (della prostata, del rene, della vescica e del testicolo) e **patologie benigne** (calcolosi urinaria, iperplasia benigna della prostata e prostatiti, infertilità maschile e disfunzioni sessuali).

La prostata è un organo fibromuscolare e ghiandolare di cui solo gli uomini sono dotati, delle dimensioni di una castagna, che si trova al di sotto della vescica e circonda l'uretra. La Prostata è composta da una zona periferica, una centrale, una di transizione, una porzione anteriore ed una sfinterica preprostata, tutte poi contenute all'interno di una capsula fibrosa che la isola dagli altri organi adiacenti quali il retto, la vescica ed i muscoli del piano perineale.

LE PRINCIPALI PATOLOGIE DELLA PROSTATA

Le principali patologie che vengono diagnosticate durante una visita urologica sono:

- **Iperplasia prostatica benigna** (o adenoma della prostata), patologia non tumorale che comporta l'ingrossamento anomalo della prostata (fino a 2-3 volte le dimensioni ritenute normali), con una serie di disturbi correlati.
- **Prostatite**, cioè l'infiammazione della prostata. Può essere causata da infezioni da agenti patogeni (batteri) o comportamenti scorretti nello stile di vita (alimentazione non equilibrata, scarsa idratazione, funzione intestinale irregolare, pratica del coito interrotto, stile di vita sedentario).
- **Cancro alla prostata** che rappresenta il tumore più frequente nel maschio, dopo il tumore del polmone. La diagnosi richiede l'integrazione di due elementi diagnostici: visita urologica con esplorazione digito-rettale e dosaggio del PSA.
- **Disfunzione erettile** (DE), cioè l'incapacità di ottenere e/o mantenere un'erezione sufficiente a permettere un rapporto sessuale soddisfacente.
- **Calcolosi urinaria**, disturbo causato dalla formazione di cristalli contenuti nelle urine che precipitano e si aggregano e possono far insorgere coliche renali.
- **Infertilità di coppia**, ovvero la mancanza di concepimento dopo 12 mesi di rapporti sessuali non protetti, centrati nei giorni fecondi del ciclo femminile. Si tratta di un problema che nel 50% dei casi la problematica riguarda l'uomo.

Tutti gli uomini al di sopra dei 40 anni dovrebbero sottoporsi a visite urologiche periodiche. La frequenza dei controlli può variare, su indicazione dello specialista, soprattutto in presenza di fattori di rischio quali:

- obesità;
- fumo;
- familiarità con malattie urologiche, in particolare con il tumore della prostata.

GLI ESAMI DA FARE

Preservare la salute della prostata significa necessariamente sottoporsi a regolari controlli, specialmente dopo la mezza età. Vediamo quali sono i test e gli esami consigliati per individuare tempestivamente eventuali anomalie, disfunzioni o patologie vere e proprie che possono colpire questa importante ghiandola:

- **PSA (Antigene prostatico specifico):** è un esame del sangue che va a rilevare i livelli di una proteina prodotta unicamente dalla prostata. I livelli normali vanno da 0,0 a 4,0 ng/ml (nanogrammi per millilitro di sangue), ma possono aumentare per diverse cause, tra cui tumori, iperplasia prostatica benigna, e prostatite
- **PSA libero.** Nel sangue la proteina PSA si trova normalmente sotto forma di composti, quindi legata ad altre sostanze, non "libera" se non in minime concentrazioni. Tuttavia, in presenza di un tumore maligno, questi valori scendono ancora di più. Per tale ragione, quando il test PSA fornisce dati "sospetti", ovvero livelli molto alti della proteina nel sangue, il medico prescrive anche il dosaggio del PSA libero che verrà rapportato all'altro. I valori normali, quindi non patologici, sono i seguenti: PSA libero/PSA totale maggiore di 0,20%. Valori inferiori a questa percentuale possono indicare la presenza di un cancro, valori superiori, invece, una iperplasia prostatica benigna
- **Esplorazione digito-rettale (DRE):** il medico andrologo o l'urologo controllano manualmente le condizioni della prostata introducendo un dito attraverso il retto. Questa esplorazione permette di scoprire un ingrossamento, la presenza di noduli o una prostatite
- **Ecografia prostatica transrettale.** Esame ecografico che permette di valutare la morfologia della prostata e quindi di rilevare una dilatazione o eventuali neoformazioni. Si effettua inserendo una sonda nel retto che emette ultrasuoni in grado di essere riconvertiti in immagini statiche o dinamiche. Spesso a questo esame si associa una biopsia della prostata, ovvero l'asportazione di una minima parte di tessuto per un esame istologico che permette di capire se una eventuale neoformazione sia di natura maligna.
- **Risonanza Magnetica Multiparametrica della prostata:** è un'indagine di secondo livello che fornisce immagini morfologiche della prostata ad elevata risoluzione spaziale e funzionale con informazioni più dettagliate, rispetto alle altre metodiche (ecografia transrettale e TC). Rispetto alla Risonanza Magnetica tradizionale, la Risonanza Multiparametrica, oltre alla valutazione anatomica/morfologica della ghiandola prostatica, riesce ad analizzare alcuni parametri aggiuntivi che consentono di distinguere, con una maggiore capacità, un tumore da una lesione non tumorale.

Presso il centro medico polispecialistico Orvieto Diagnostica del gruppo CIDAT in Piazza Monte Rosa 44 ad Orvieto Scalo e presso la sede CIDAT di Terni in Via Ippocrate 164 è possibile effettuare lo screening urologico con macchinari di alta specializzazione e controlli accurati e approfonditi.



ORVIETO DIAGNOSTICA
centro medico polispecialistico

ORVIETO SCALO
piazza Monte Rosa, 44
tel. 0763 32521
orvietodiagnostica@cidatsanita.it



Nasce l'Osservatorio Covid sulla salute mentale.

Nasce l'Osservatorio Covid-19 di Fondazione Soleterre, che ha l'obiettivo di raccogliere dati sulle conseguenze della pandemia sulla salute mentale della popolazione, indagare la presenza e la gravità dei disturbi che le persone hanno nel loro quotidiano e orientare di conseguenza l'intervento di assistenza psicologica sul territorio. Un primo strumento utile al lavoro dell'Osservatorio Covid-19 di Fondazione Soleterre è un sondaggio disponibile al link <https://it.surveymonkey.com/r/287JP7S> rivolto a tutti e compilabile in circa 15 minuti.

"Vi chiediamo di dedicare 15 minuti del vostro tempo - afferma Damiano Rizzi, presidente di Fondazione Soleterre e Psicologo Clinico - per un gesto utile per voi e per tutta la popolazione.

Vogliamo sapere come percepiscono il loro benessere psicologico le persone per provare a riflettere insieme su come prendersi cura di eventuali fragilità riscontrate. Quella in cui ci troviamo è una situazione nuova e che non possiamo sottovalutare. Se non interveniamo in maniera diffusa sul territorio e continuativa nel tempo rischiamo di non considerare sintomi che, se non controllati e affrontati ora, possono diventare cronici".

Il sondaggio, costruito sulla base del Modello Terapeutico che è stato elaborato dagli psicologi di Fondazione Soleterre durante l'intervento nella prima linea dei reparti Covid-19 presso Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo di Pavia, è volto a indagare nei pazienti

la presenza più o meno grave di sintomi di disturbi da stress post-traumatico e di sintomi trasversali quali depressione, rabbia, ansia e sintomi somatici.

L'esperienza di supporto psicologico Covid-19 di Fondazione Soleterre è nata a marzo 2020 per rispondere al bisogno di sostegno emotivo di medici, infermieri e personale sanitario impegnato in prima linea nella gestione dell'emergenza e ha evidenziato nei beneficiari minori livelli di stress e disturbi psicologici. Oggi Fondazione Soleterre si pone come punto di riferimento nazionale per garantire percorsi di assistenza psicologica continuativa e di qualità a tutte e tutti coloro che ne hanno bisogno (in forma gratuita o a prezzi calmierati a seconda del reddito).

Lo fa attraverso una Rete Nazionale per il Supporto Psicologico Covid-19 composta da circa 80 psicologi in 14 regioni italiane che in un anno di lavoro ha già offerto gratuitamente assistenza psicologica a oltre 2.800 persone tra pazienti Covid-19, operatori sanitari in ospedale, famiglie, minori, persone in difficoltà economica, sociale ed emotiva. La creazione di una Rete Nazionale per il Supporto Psicologico Covid-19 è possibile grazie alla collaborazione di partner di progetto importanti come Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo di Pavia, Dipartimento di Scienze del Sistema Nervoso e del Comportamento dell'Università degli Studi di Pavia, Dipartimento di Psicologia Dinamica e Clinica de La Sapienza Università di Roma, Ordine degli Psicologi della Lombardia, Università Cattolica di Milano. (ANSA).

KOBIDO, SHIATSU E BENESSERE

Il Kobido, o meglio KO BI DO ossia "Antica Via della Bellezza" è un trattamento unico. E' per definizione il MASSAGGIO DELL'ETERNA GIOVINEZZA: un insieme di tecniche di massaggio di viso e collo, che producono un Lifting Naturale, visibile fin dal primo trattamento. Lo scopo del Kobido rimane ancora oggi quello di dare vigore, armonia e quiete, proprio per mantenere inalterata l'energia e la giovinezza. I benefici che il massaggio Kobido si propone sono quelli di migliorare la tonicità e l'elasticità della pelle, prevenire e ridurre le rughe, rilassare la cute e distenderla. Adatto ad ogni tipologia di pelle, perfetto sia per gli uomini che per le donne. E' un trattamento manuale del viso, del collo e della testa unito ad una combinazione di tecniche di digitopressione sui meridiani. E' un massaggio che agisce a diversi livelli, ha un'influenza positiva sul buonumore, la stanchezza e lo stress. Si lavora delicatamente in profondità sui muscoli, ottenendo un volto tonico e luminoso, ed è anche drenante e stimolante.



Lo Shiatsu occupa un posto importante tra le discipline orientali per il benessere del corpo e della mente. Chi lo ha provato ne ha riportato di solito grande beneficio: questo particolare tipo di massaggio allevia infatti le contratture e i dolori muscolari, migliora la circolazione sanguigna e linfatica, attenua il mal di testa e i dolori cervicali. Soprattutto aiuta a sciogliere ansia e stress, responsabili a loro volta di tensioni a carico dell'apparato muscolare, con un ulteriore beneficio generale. A differenza dei massaggi tradizionali non vengono adoperati oli o creme e non è neppure togliesi i vestiti: basta indossare abiti larghi e comodi che lasciano libertà di movimento. L'azione dell'operatore si concentra su varie zone del corpo, a seconda delle problematiche da affrontare, ma in particolare su dorso, addome, collo, testa, braccia e gambe, seguendo la mappa dei meridiani e concentrandosi sui punti in cui sono stati individuati i blocchi energetici, un po' come accade anche con l'agopuntura.

Bentrovati lettori de Il Vicino, sono **Giuliana Mazzocchini** operatrice Kobido certificata, diplomata presso la "Kobido Academy" di Roma nel 2017 e operatrice Shiatsu certificata, diplomata presso la "Shiatsu & Shin Tai School" di Padova nel 2010.

Ho il piacere di curare questa rubrica, per far conoscere a tutti le due nobili e antiche arti giapponesi dello SHIATSU e del KOBIDO.

PER APPUNTAMENTO con GIULIANA MAZZOCCHINI
MOBILE & WHATSAPP 328 2739718
giuliana.mazzocchini@gmail.com
riceve presso

- Studio FisiLife, Orvieto Via Piave 1/3 (Sferracavallo)
- Gemme di Sale, Ficulle (TR) - Tel. 0763 531768
- Posturalmente Via Oderisi Da Gubbio 254 Roma

KOBIDO e SHIATSU

TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI.

L'intolleranza alimentare è una reazione anomala dell'organismo nei confronti di uno o più alimenti. A differenza delle allergie, le intolleranze non coinvolgono il sistema immunitario ma quello metabolico. Non provocano quasi mai delle reazioni violente e immediate nell'organismo, ma i sintomi possono comparire anche 24 o 48 ore dopo l'assunzione dell'alimento. Le intolleranze alimentari si manifestano con vari sintomi quali: stanchezza, cefalea, gonfiori addominali postprandiali, dolori articolari, obesità, eruzioni cutanee, alitosi, alternanza di peso. Sono, inoltre, causa di impossibilità a perdere peso anche seguendo le diete più drastiche.

Come viene effettuato il test?

Il Test consiste in un'auto-misurazione impedenziometrica che permette di verificare la tolleranza dell'organismo ad alimenti ed elementi. L'apparecchiatura, progettata per Diètnatural e approvata dalla comunità europea, utilizza impulsi elettrici a basso voltaggio, effettuando la lettura delle resistenze elettriche cutanee come parametro di valutazione delle funzioni d'organo in rapporto alle sostanze (218 alimenti ed elementi). Il Test (di primo livello) è rapido, non invasivo e indolore. Sulla base dei risultati del Test i Consulenti Diètnatural forniranno i consigli sulla scelta e l'utilizzo degli integratori alimentari più idonei.



DIETOLOGIA



Myriam Bizzarri
Store manager

Dott.ssa Giulia Micozzi
Biologa della nutrizione
Consulente Diètnatural

Facciamo consulenze online
con spedizione dei prodotti

DIETNATURAL
CLINICA DEL DIMAGRIMENTO

Via Sette Martiri, 50 - Orvieto scalo (TR)
Tel. 0763 630339 - Cell. 328 5729648
orvieto@dietnatural.it



MAMMA, MI FA MALE IL GINOCCHIO!

Il morbo di Osgood-Schlatter rappresenta la principale causa di dolore al ginocchio nei giovani. Tale problematica riguarda l'apofisi tibiale del ginocchio, la quale a causa di un ritardo di consolidamento viene trascinata dal tendine rotuleo e si allontana dalla sua sede. Si manifesta in età preadolescenziale e colpisce maggiormente i maschi, con maggior incidenza in coloro che praticano sport dove sono presenti molti salti e la corsa (calcio, basket, volley). Il bambino lamenta dolore al ginocchio, precisamente sotto la rotula, che aumenta durante l'attività sportiva e diminuisce con il riposo, accompagnato da gonfiore. La diagnosi avviene tramite una visita ortopedica, a volte accompagnata da una radiografia. Nella maggior parte dei casi questa problematica si risolve spontaneamente con l'accrescimento, in attesa del quale è importante seguire un percorso di fisioterapia, con l'obiettivo di ridurre il dolore e migliorare la funzionalità a livello muscolo-articolare, in modo da permettere al bambino di muoversi e giocare liberamente, migliorando così la qualità della sua vita.



L'OSTEOPATIA PER IL RIEQUILIBRIO POSTURALE E LA PREVENZIONE DEL DOLORE MUSCOLARE ED ARTICOLARE

Molti fattori possono determinare nel tempo alterazioni posturali che ci predispongono a dolore muscolare ed articolare. Con l'Osteopatia è possibile individuare le principali alterazioni posturali di ogni individuo ed attraverso il trattamento manuale ottenere un Riequilibrio Posturale che ci consente di prevenire il dolore e di migliorare la qualità della nostra vita. Le tecniche utilizzate durante il trattamento sono diverse e sono scelte dall'Osteopata in base al paziente ed alla sua sintomatologia. Possono essere utilizzate tecniche dolci di rilasciamento muscolare, tecniche dirette di manipolazione vertebrale e articolare, oppure tecniche specifiche per la mobilità viscerale e craniosacrale. Il trattamento di Riequilibrio Posturale è particolarmente indicato nello Sport per il miglioramento della performance e la prevenzione degli infortuni muscolari ed articolari.

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