

LE CAMPAGNE PUBBLICITARIE

(o advertising campaigns) sono l'insieme delle azioni pubblicitarie dirette ai consumatori e programmate secondo precisi piani di marketing. Le campagne pubblicitarie possono essere pianificate per diversi scopi: sviluppare la brand awareness, rafforzare l'immagine di marca, incrementare le vendite di un prodotto, lanciare una nuova linea sul mercato, posizionare il proprio prodotto rispetto alla concorrenza.

A seconda dell'obiettivo che si vuole rag-

giungere e del tipo di messaggio veicolato, si parla di campagne pubblicitarie istituzionali, pilota/di lancio, di immagine o di posizionamento.

Le campagne pubblicitarie risultano più efficaci rispetto alla diffusione di singoli annunci perché i messaggi divulgati attraverso i diversi media puntano ad un unico obiettivo. A patto però che questi siano coerenti e coordinati.

COME SI UNIFORMA UN MESSAGGIO?

Esistono diverse strategie. Le più comuni sono sfruttare la presenza di un testimonial oppure ricorrere ad uno slogan, un jingle sonoro o uniformare lo stile dei

messaggi da un punto di vista grafico e linguistico.

I consumatori hanno solitamente una soglia di attenzione bassa nei confronti dei messaggi pubblicitari, ma se questi sono ben confezionati e "colpiscono" il target-bersaglio nel momento opportuno, riescono comunque ad ottenere gli effetti desiderati.

La pubblicità come mezzo per informare, persuadere e sviluppare la brand identity. Talvolta le campagne pubblicitarie hanno l'obiettivo di informare il consumatore circa l'esistenza di un prodotto, altre volte si propongono di influenzare le preferenze

dei consumatori, altre ancora di promuovere il mondo di valori che sta dietro al brand.

Dunque, i messaggi pubblicitari possono assolvere ad una o più delle seguenti funzioni:

Raramente il messaggio pubblicitario si presenta come pura e semplice informazione anche se in alcuni settori, come quello tecnologico, le caratteristiche di un prodotto possono essere discriminanti nella scelta finale.

Ad ogni modo, è importante che vengano espresse in maniera chiara le potenzialità del prodotto e il bisogno che è in grado di soddisfare.

FUNZIONE PERSUASIVA.

Si tratta indubbiamente della funzione più importante del linguaggio pubblicitario in quanto l'obiettivo ultimo di qualunque campagna è di indurre il consumatore a compiere un'azione.

Ecco che spesso nelle pubblicità compare l'imperativo (es. "Passa a Vodafone", "Bevi Coca-Cola", ecc.). Il tono confidenziale serve a ridurre le distanze che separano brand e consumatore e conquistare la sua fiducia.

FUNZIONE IDENTITARIA.

Talvolta le aziende sfruttano il mezzo pubblicitario per costruirsi una brand identity solida e immediatamente riconoscibile. Si

punta in questo caso a favorire il ricordo della comunicazione pubblicitaria e a consolidare la brand awareness. La funzione identitaria può essere più o meno evidente all'interno del messaggio pubblicitario, ma è sempre presente. Un'azienda, infatti, dal momento in cui lancia una campagna pubblicitaria non può non influenzare la percezione del brand.

Perché abbiamo elencato queste funzioni? Perché avere ben chiaro quale tipo di messaggio si vuole divulgare e quale reazione si intende suscitare nel destinatario è importante per pianificare una strategia di successo.

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.



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

5 Settembre 2021: Club Azzurro Feeder a Corbara.

Il 5 settembre sul bacino di Corbara si è svolta la prima delle tre prove previste del club azzurro - specialità Feeder - presso il campo di gara "Le Vigne", in prossimità dell'ex Centro Remiero, sul territorio del Comune di Baschi, uno dei quattro campi che fanno del bacino idroelettrico una delle eccellenze del territorio italiano.

Parliamo innanzitutto di questa tipologia di pesca, che ormai da diversi anni sta assumendo una importanza rilevante nel quadro ampio delle specialità alieutiche.

Si tratta sostanzialmente di una tecnica molto diversa dalla cosiddetta "pesca al colpo" che si avvale del galleggiante per manifestare l'abboccata del pesce e che con il suo affondare la segnala; in questo caso l'abboccata viene segnalata dalle vibrazioni del vettino della canna.

Il Feeder è una sorta di "pesca a fondo" particolare che

usa sostanzialmente un contenitore forato, oppure a gabbietta, che viene riempito di pastura e con il suo peso costituisce la zavorra per

lanciare l'esca alla distanza necessaria, che non è mai la stessa al variare del sito di pesca e della giornata.

Vi sono ovviamente delle regole precise che riguardano la sua grandezza, la lunghezza del terminale, la collocazione dell'amo innescato che non può essere celato tra la pastura, la lunghezza della canna, tutto riportato in un dettagliato regolamento nazionale emanato dalla FIPSAS, regolamento che in questi ultimi tempi per tutte le specialità segue rigide disposizioni circa le norme anti-Covid, con la mancanza di raduni e con i sorteggi delle postazioni di gara pubblicate via social.

Corbara si è presentato ai concorrenti del club azzurro in una veste smagliante, con il livello delle acque perfetto, con lo stato delle sponde agibilissimo, in una giornata di settembre molto gradevole, ossia secondo i migliori canoni per un'ottima



riuscita della competizione.

Trattandosi di un campo di gara con acque non particolarmente profonde, i concorrenti, in numero di 40 distinti tra 30 finalisti e 10 stopper, hanno potuto collocare il paniere in acqua, ad una certa distanza dalla riva, soprattutto per poter assicurare la perfetta sopravvivenza dei pesci che, anche per la durata della competizione di cinque ore, venivano riposti

ad arrivare agli oltre 50 chili di peso fatti registrare da uno dei concorrenti.

Parlavamo di eccellenza di Corbara, ma dovremmo dire eccellenze, al plurale, perché, oltre alle abbondantissime catture che hanno costretto i Commissari di gara ad effettuare anche tre pesate in alcuni casi, all'ottima agibilità del sito consentita da una strada di accesso risistemata grazie al contributo

concreto del Comune di Baschi e della ditta ERG che gestisce il bacino idroelettrico, dobbiamo ribadire quanto detto in articoli precedenti e confermato dalle parole del sindaco di Baschi, Damiano Bernardini che è intervenuto alla cerimonia di premiazione: Corbara sta contribuendo in modo notevole all'economia del territorio con la presenza per giorni, di centinaia di persone provenienti da tutta Italia.

Il giudice Alfredo Santoni ha arbitrato la gara e redatto le classifiche che hanno visto le prime tre posizioni assolute conquistate da Francesco Bonifazi della Goldenfish Tubertini con oltre 50 chili di pescato, al secondo posto Mattia

Battizocco della Lanza Fishing Italia con 30,280 Kg e al terzo Alessandro Cappoia dell'Alto Panaro Sensas con 21,630 Kg. Questi tre atleti hanno vinto i rispettivi settori. Tuttavia a vincere, come sempre, è stato il lago di Corbara.

Renato Rosciarelli



non in una, ma in due lunghe nasse.

Tutti i presenti, sia i concorrenti che i due componenti lo staff della Nazionale, Maurizio Setti e Marco Mani, si sono trovati d'accordo sull'ottima riuscita della manifestazione organizzata perfettamente dalla Lanza Orvietana Colmic Stonfo, capitanata da Valentino Maggi, suo infaticabile Presidente che si è prodigato fin dai primi giorni della settimana in cui si è tenuto l'evento.

L'esito? positivo come sempre a Corbara, con copiose catture che si sono succedute con buona regolarità durante tutte le cinque ore, costituite essenzialmente da bremes, carpe di discreta taglia, tanti carassi, fino



www.lenzaorvietana.it - info@lenzaorvietana.it

Zaghino
PESCA & SPORT

**LA STAGIONE VENATORIA 2021/2022 È INIZIATA...
VASTA SCELTA DI CALZATURE E MUNIZIONI
DELLE MIGLIORI MARCHE**

Vi Aspettiamo in Negozio in tutta Sicurezza

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

SOLO COSE BUONE DALLA NATURA



Canale di Orvieto
Località Botto, 23
Tel. 0763 29010

MAXI GIULI

CALZATURE & ACCESSORI

· Occasioni · Qualità · Moda · **Speciale Bambino** 😊

NUOVI ARRIVI

autunno/inverno 21/22



ORVIETO - CICONIA - Via delle Acacie 24



LA CRISI ENERGETICA ALLE PORTE

Un altro mercato globale cruciale è passato dall'eccesso alla grande scarsità. Lo scorso settembre in Europa costava 119 euro (139 dollari) comprare abbastanza gas per riscaldare una casa media per un anno e gli impianti di stoccaggio del gas del continente erano pieni. Oggi costa 738 euro e le scorte sono scarse. Anche l'America, che ha un'abbondanza di gas di scisto, ha visto i prezzi più che raddoppiare, anche se da un livello molto più basso, e potrebbe vedere ulteriori aumenti se l'inverno sarà freddo

Le cause sono molteplici. Una fredda primavera europea e una calda estate asiatica hanno aumentato la domanda di energia. Il rimbalzo della produzione industriale ha aumentato l'appetito globale per il gas naturale liquefatto (Lng). La Russia ha convogliato meno gas nelle riserve europee. I falchi sospettano che stia cercando di spaventare il mercato e assicurarsi che il suo nuovo gasdotto Nord Stream 2 sia approvato. Ma bisogna ricordare che ha anche affrontato interruzioni, compreso un incendio in un impianto di lavorazione in Siberia.

Il gas ha colmato le lacune nella produzione di energia da altre fonti. Il vento non ha soffiato molto in Europa quest'estate, mentre la siccità ha interferito con la produzione di energia idroelettrica. Il prezzo crescente dei permessi necessari per emettere carbonio nell'UE ha reso il carbone costoso. Quindi ci sono poche

alternative alla combustione del gas per l'elettricità e per il riscaldamento delle case.

Mentre gli altri colli di bottiglia dell'economia mondiale – per le navi container e i microchip – hanno scatenato un boom di spese di capitale, gli investimenti nei combustibili fossili sono in declino a lungo termine. Lo scisto americano può aiutare solo fino a un certo punto, perché i mercati del gas sono imperfettamente collegati tramite il GNL. I prezzi elevati, quando colpiranno, serviranno principalmente a razionare l'offerta limitata. Ma ci vogliono grandi movimenti di prezzo per frenare la domanda. Se i prossimi mesi saranno freddi, l'energia in Europa potrebbe dover diventare estremamente costosa per convincere le imprese e le famiglie a usare meno.

Risolvere questo problema richiede una diagnosi accurata di ciò che è andato storto. I governi non hanno tenuto conto a sufficienza dell'intermittenza delle energie rinnovabili. Il mondo ha troppo poca energia nucleare – una fonte di energia a basso contenuto di carbonio che è sempre attiva. Interventi e sussidi

per il gas non faranno che peggiorare le cose. L'energia costosa fa arrabbiare gli elettori e fa male ai poveri. Ma sovvenzionare l'energia, come sta fa-



cen- do l'Ita- lia, o limitare i prezzi, come fa la Gran Bretagna, esacerberà le carenze e farà sembrare vuoto l'impegno dei politici per il verde. I governi dovrebbero usare il sistema di welfare per sostenere i redditi delle famiglie, se necessario, mentre aiutano i



dell'e- nergia a funzionare in modo efficiente.

La sfida a lungo termine è quella di appianare la volatilità mentre il passaggio alle energie rinnovabili con-

tinua. Alla fine, lo stoccaggio di batterie a basso costo potrebbe risolvere il problema dell'intermittenza; in questo momento, anche un maggiore stoccaggio di gas aiuterebbe. Nel frattempo, modifiche al mercato potrebbero migliorare le cose.

In Gran Bretagna molti piccoli fornitori di energia che offrono, per esempio, contratti a prezzo fisso di un anno ai consumatori, ma comprano energia a tassi variabili, falliranno presto. Un'altra idea è quella di investire di più nella connessione delle reti (un collegamento tra quelle di Gran Bretagna e Francia è recentemente fallito) e nelle infrastrutture di gas naturale, in modo che gli scambi possano livellare le disparità nella fornitura globale di energia.

Le fonti di energia sporche dovrebbero essere costose. Ma senza alternative affidabili, l'aumento dei prezzi aumenta l'inflazione, abbassa il tenore di vita e rende impopolare l'ambientalismo. Se i governi non gestiscono la transizione energetica con più attenzione, la crisi di oggi sarà la prima di molte che minacciano il passaggio vitale verso un clima stabile.



1+1

Acquista due prodotti make up il meno caro è compreso nel prezzo



BEAUTY VIBES
Libera la tua bellezza



*Promozione valida su tutti i prodotti DEFENCE COLOR e DEFENCE COVER dal 01/10/2021 al 30/11/2021.

in Farmacia e Parafarmacia

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

Nuovi Numeri 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

Dott. Giuliano Barbabella
IL DOTTORE DEI CORAGGIOSI
PSICOLOGO — PSICOTERAPEUTA

PSICOLOGIA

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.



L'intelligenza cognitiva e emotiva: due facce della stessa medaglia.

In genere quando si parla di intelligenza ci si riferisce quasi esclusivamente a qualità prettamente cognitive, se non addirittura a quantità di informazioni. Erroneamente si pensa che la persona intelligente sia quella capace di apprendere tanto, di eseguire calcoli complessi o di usare un linguaggio ricercato che palesa una buona conoscenza. Ma l'essere umano è fatto solo di pensieri? Quest'ultimi sono correlati ad una componente fondamentale: l'emozione e, di conseguenza, l'intelligenza cognitiva è strettamente legata, a mio avviso, ad un'altra basilare forma di intelligenza: l'intelligenza emotiva. Tale termine è stato coniato per designare proprio quell'aspetto dell'intelligenza deputato al riconoscimento ed alla gestione delle proprie e altrui emozioni. Essa comprende un insieme di abilità tra cui innanzitutto la capacità, da parte della persona, di saper identificare le sue emozioni e di saperle esprimere in modo adeguato, il che significa che l'elemento centrale in essa è l'autoconsapevolezza. Questa rappresenta il fondamento riguardo alla possibilità di controllare se stessi e le proprie reazioni. Infatti, se siamo consapevoli di ciò che proviamo possiamo decidere di non agire spinti dall'impulso di quell'emozione, ma di scegliere, invece, dei modi più costruttivi per esprimere il vissuto che ci sta pervadendo. L'utilizzo di strategie adattive per fare fronte alle situazioni stressanti può essere visto come un'espressione dell'intelligenza emotiva e, in particolare, in riferimento all'autoconsapevolezza di cui parlavo in precedenza. Basta pensare, ad esempio, a tutte quelle modalità comportamentali di distrazione (guardare la TV, leggere un libro, chiamare un amico) o di sublimazione (sfogarsi in palestra o fare qualche sport, uscire a fare una passeggiata o una corsa, etc) che spesso possono essere messe in atto per controllare degli stati emotivi negativi dovuti a fattori in quel momento non direttamente modificabili. Le emozioni non si devono reprimere. Reprimerle o comunque non volerle vedere significa non accettarsi per come siamo, negare una parte di noi stessi. Ecco quanto sia necessario per l'intelligenza emotiva il senso di accettazione e di autoconsapevolezza di sé e il coraggio di mostrarsi per quello che si è e non per quello che si desidera essere. Intelligenza cognitiva ed emotiva sono entrambi fondamentali e contribuiscono, ognuna per la propria parte, alla costruzione di un equilibrio intrapsichico e interrelazionale. Poiché, però, ad essere realisti ci si rende conto che un perfetto equilibrio tra le due è utopistico, ciò che diventa auspicabile è coltivare i propri interessi cognitivi ed imparare a conoscere le proprie emozioni senza alcun tipo di soffocamento di quest'ultime in modo che si crei così un dialogo continuo tra i due tipi di intelligenza, senza che l'una sovrasti l'altra. 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



Consigli per evitare che tuo figlio resti a casa dopo pochi giorni di scuola

E' iniziata la scuola e, come tutti gli anni, vivi nel terrore che il tuo bimbo si prenda un raffreddore o peggio una bronchite? Vorresti che stesse a casa, al sicuro da germi e batteri, ma lavori e nessuno lo può tenere?

Prova a mettere in pratica questi 4 consigli:

- 1 - tenere le unghie corte
- 2 - consumare prodotti delle api
- 3 - mantenere l'intestino regolare
- 4 - Se non lo hai portato al mare a lungo nel periodo estivo fai dei trattamenti con Aerosal presso un centro autorizzato o direttamente a casa tua.

Il mare è da sempre considerato un toccasana per la salute e un aiuto naturale per aumentare le difese immunitarie. Mai come in questo ultimo periodo abbiamo compreso l'importanza della prevenzione.

In quest'ottica può venirti in aiuto l'Haloterapia, ovvero l'inalazione per via respiratoria di sale medico secco che, grazie ai molteplici benefici del cloruro di sodio, svolge un'efficace azione di pulizia delle vie respiratorie superficiali e profonde.

Avere un albero respiratorio pulito, infatti, significa garantirsi una buona respirazione. uno stato di salute ottimale e una maggiore garanzia nella prevenzione dei malanni stagionali. Se vuoi prenderti cura della tua salute del tuo bimbo e preservarla al meglio tieni sempre puliti naso e bronchi.

La terapia del sale ha effetti benefici in molte malattie, quali:

- **Asma** - L'haloterapia è un trattamento estremamente benefico per i pazienti con asma, grazie alla capacità degli aerosol salini.
- **Bronchite** - Spesso, un semplice raffreddore può essere seguito da bronchite, che può durare fino a qualche settimana. La bronchite cronica è comune tra i fumatori. Nel caso della bronchite, l'haloterapia porta ad una migliore funzione dei polmoni riducendo pertanto la tosse.
- **Allergie** - L'allergia è una reazione del sistema immunitario causata da sostanze innocue chiamate allergeni che, nel caso delle persone allergiche, provocano una reazione esacerbata del corpo. Gli allergeni, tramite inalazione, possono provocare un attacco d'asma a causa del restringimento delle vie respiratorie e dell'aumento della quantità di muco nei polmoni. L'haloterapia può aiutare contribuendo alla riduzione dell'infiammazione delle vie respiratorie.
- **Infezioni del seno paranasale, sinusite** - L'haloterapia migliora i sintomi della sinusite tramite l'eliminazione dei blocchi contribuendo alla riduzione dei seni paranasali e alla loro purificazione.
- **Malattie della pelle, acne, eczema** - Gli aerosol salini hanno effetti benefici, creando un ambiente sfavorevole alla proliferazione batterica. Inoltre, l'haloterapia grazie anche al rilassamento raggiunto durante la seduta, contribuisce ad una situazione di benessere.

aerosal

Aerosalmed presso Clinica del Sale Orvieto

Maria Letizia Giorgio

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



Dormire bene è importante.

Il sonno, sebbene spesso sottovalutato, è essenziale come bere e mangiare e fondamentale per il benessere del corpo e della mente.

A patto però che sia di buona qualità e della giusta quantità, altrimenti, possono insorgere problemi di salute anche gravi.

Chi dorme non si ammala

Un buon sonno aiuta a guarire, non ci sono dubbi.

Quando c'è un'infezione in atto l'organismo aumenta la produzione di particolari sostanze chiamate citochine: sono loro le responsabili dell'aumento del sonno, soprattutto di quello profondo, e l'azione che svolgono è fondamentale per la regolazione della risposta immunitaria.

Ma attenzione. Questo non significa che chi soffre di insonnia corra il rischio di ammalarsi di più. È però vero che l'organismo di chi non rispetta il proprio ritmo sonno-veglia può avere una maggiore suscettibilità alle malattie e alle infezioni.

10 consigli per dormire bene

Ecco 10 regole di comportamento che consentono di eliminare tutte quelle "interferenze" che fanno passare le notti in bianco.

1. Scegliere un rituale della buonanotte che aiuti a rilassarsi. Per esempio bere un bicchiere di latte, leg-

gere alcune pagine di un libro ed altro ancora.

- Andare a letto e svegliarsi sempre alla stessa ora. Mantenere questa regola anche quando non si ha dormito bene.
- Alzarsi quando non si riesce a dormire. L'ideale è fare qualcosa di piacevole e tornare a letto solo quando torna il sonno.
- Non praticare attività fisica dopo cena: lo sport svolto nelle quattro ore prima di andare a dormire disturba il sonno. Altrettanto vale per le attività intellettuali troppo impegnative.
- Non cercare di recuperare il sonno con "pisolini" disseminati lungo l'arco della giornata.
- Non utilizzare la camera da letto per le attività che vanno svolte durante il giorno, come lavorare al computer o mangiare.
- Evitare dalle quattro del pomeriggio in poi le sostanze eccitanti come caffè, tè e cioccolata e i superalcolici che possono disturbare il sonno.
- Non fumare, in quanto la nicotina è una sostanza stimolante.
- Evitare di addormentarsi la sera davanti alla televisione.
- In camera da letto mantenere la temperatura fresca e l'ambiente buio e silenzioso.



LA DIVERSA LUNGHEZZA DEGLI ARTI INFERIORI.

Da sottolineare che è molto raro trovare arti dismetrici, cioè con dimensioni diverse delle ossa dei due arti. Alcune persone li hanno come caratteristica personale, nel senso che alcune ossa sono cresciute di meno rispetto a quelle dell'altro lato, ma le più comuni hanno una origine traumatica, in genere sono dovute ai postumi di fratture alle gambe o al bacino. Allora perché molti altri hanno una gamba più lunga di un'altra? E come ci si accorge di tale anomalia? Per alcuni una andatura un po' altalenante, per altri il fatto di dover far aggiustare la lunghezza dei pantaloni in modo diverso per le due gambe, altri ancora il medico ha notato che da sdraiati i livelli dei due malleoli interni erano diversi o con le radiografie dove risultava che una testa femorale era più alta rispetto alla controlaterale. **Come è possibile allora avere una gamba che sembra più lunga dell'altra?** La "vera differenza" è data, quasi sempre, da disfunzioni del bacino, dove uno dei due lati ruota in avanti coinvolgendo l'anca che si "abbassa" mentre l'altro che "gira" in senso opposto la "alza". I modi in cui si pone il bacino possono essere vari e quasi sempre hanno ripercussioni sulle gambe e sul resto del corpo per cui è bene sapere se è in posizione corretta oppure no e per farlo ci un paio di semplici modi da utilizzare anche a casa:

- *Poggiando entrambi i pollici, uno per lato, sul margine superiore delle due ossa pubiche, si avverte chiaramente la differente altezza dei due.*

- *Premendo sulla sinfisi pubica, è presente dolore piuttosto acuto. Quando sono presenti entrambi i segni il bacino è fuori asse e ad un esame superficiale le gambe oltre a sembrare di avere due diverse lunghezze e ruotano verso l'interno e l'esterno con ampiezze differenti.*

Per riportare le gambe alla loro "lunghezza normale" si va a lavorare sulle cause di queste anomalie di posizione del bacino.

Le più frequenti sono: le micro lussazioni della cavaglia, un piede "piatto" o comunque più in pronazione rispetto ad uno meno alterato, la posizione anteriore di una scapola rispetto all'altra, l'appoggio della lingua nelle deglutizioni atipiche, la persistenza dei postumi di traumi ovunque essi siano stati subiti, lavori in torsione (es. il dentista)... Si continua a lavorare fino al momento in cui la posizione di entrambe le ossa pubiche è corretta e il dolore a livello di sinfisi è scomparso.



I professionisti di FioLife:



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



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



Dott. CROCCOLINO GIACOMO
Masso-Fisioterapista
Chinesiologo
Ginnastica Posturale
Mezies



CICA SERENA
Ostetrica
Specializzata in
Rieducazione
Pavimento Pelvico



Dott. FRANCESCO CECCARELLI
Biologo
Nutrizionista



GIULIANA MAZZOCCHINI
Operatrice qualificata
- Kobido
- Shiatsu

CONTATTACI PER AVERE MAGGIORI INFORMAZIONI

Via Piave 1/3, Orvieto (Sferracavallo) cell. 329 9219878
fisiolifeorvieto@gmail.com - www.studiofisiolife.it



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.

LE CARENZE VITAMINICHE: che effetto hanno sul cavo orale?

Le vitamine sono dei nutrienti essenziali per il tuo organismo perché sono alla base di moltissime reazioni chimiche che avvengono nel corpo. Come dice il nome stesso, sono fondamentali per la vita ed è importante assumere la giusta quantità di vitamine attraverso una dieta sana ed equilibrata, ricca di frutta e verdura.

Quando c'è una carenza vitaminica l'intero organismo può mostrare dei problemi, che possono manifestarsi anche nel cavo orale. In questo articolo ti spiego come le vitamine possono influenzare la salute della bocca e quali problemi possono insorgere quando questi preziosi nutrienti scarseggiano.



LA VITAMINA A si trova sia negli alimenti vegetali come le carote o le albicocche, ma anche nei prodotti di derivazione animale, tra cui le uova o alcuni tipi di carne.

Questo nutriente ha un ruolo importante nella differenziazione delle cellule dell'organismo, nella produzione di globuli rossi ma anche nella resistenza alle infezioni. La carenza di Vitamina A è stata associata a uno sviluppo ridotto del tessuto orale epiteliale, cioè la "barriera" esterna delle mucose della bocca, ma anche con una formazione anomala dei denti. Inoltre la mancanza di vitamina A sembrerebbe influenzare la salute parodontale, e sarebbe associata con l'ipoplasia, cioè un difetto nella struttura dello smalto dentale.

LA VITAMINA D gioca un ruolo fondamentale nella formazione e nel rimodellamento delle ossa. La mancanza di questa vitamina è spesso collegata a un'inadeguata esposizione alla luce solare, oltre che a un introito insufficiente attraverso la dieta. Nei bambini con forte carenza di vitamina D, c'è il rischio che i denti siano affetti da amelogenesi e dentinogenesi imperfetta (cioè delle patologie che comportano uno sviluppo anomalo della struttura dei denti). Alcuni studi clinici hanno inoltre dimostrato che una carenza di vitamina D può avere un effetto negativo sulla salute del parodonto, cioè i tessuti di supporto del dente.

LA VITAMINA C Uno dei compiti principali della vitamina C è quello di stimolare la produzione di collagene, una proteina che ha un ruolo importantissimo nella salute delle gengive. Al contrario di quanti molti pensano, le arance non sono il frutto più ricco di vitamina C. Alcuni vegetali che ne contengono una quantità maggiore sono per esempio l'anguria, il kiwi e le fragole. Una forte carenza di vitamina C è anche conosciuta con il nome di scorbuto. Questa malattia può causare dei sintomi anche a livello gengivale, come il sanguinamento e l'infiammazione.

LE VITAMINE DEL GRUPPO B Il complesso della vitamina B comprende ben 8 vitamine diverse, che hanno ruoli distinti. In generale, la carenza di queste vitamine è stata associata a diverse manifestazioni orali. Alcuni esempi sono la comparsa di afte, ulcere ma anche le screpolature sulle labbra. Talvolta la carenza di alcune vitamine del gruppo B può causare infiammazione anche a livello della lingua e delle gengive.

LA VITAMINA E ha un effetto antiossidante e promuove la guarigione dei tessuti. Quando scarseggia, gli effetti sul cavo orale non sono ben definiti come quelli delle altre vitamine. Tuttavia, proprio per i suoi effetti benefici, antiossidanti e protettivi, la vitamina E è presente in molti prodotti per l'igiene orale, come il collutorio o il dentifricio. Insomma, questi nutrienti sono importanti per tutto l'organismo, compreso il cavo orale. Un'alimentazione sana e corretta può quindi darti dei benefici anche a livello della bocca.

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

Finanziamenti a tasso 0 - AMPIO PARCHEGGIO

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



DIETE E BUFALE WEB

Durante la mia attività di nutrizionista ho sempre cercato di spiegare con infinita sapienza che alimentarsi è una cosa seria. La natura ci ha messo a disposizione tutto ciò di cui abbiamo bisogno ma il nostro stile di vita negli anni è totalmente cambiato e faticiamo a riconoscere quello che realmente ci dona benessere e salute. Nel corso del mio lavoro osservo ogni giorno il danno causato da un'alimentazione scorretta, sbilanciata o mal consigliata, come per esempio nell'ambito di alcune palestre i cui personal trainer giocano a fare i nutrizionisti o da persone che non hanno una laurea specifica per consigliare protocolli alimentari. Osservo disturbi del comportamento alimentare non riconosciuti le cui "droghe" diventano lo sport e i beveroni proteici a bassissimo contenuto di calorie, individui molto giovani con malattie infiammatorie intestinali invalidanti, dimagrimenti troppo veloci solo per rincorrere la forma perfetta nel giro di poco tempo. Sul web possiamo constatare diete di ogni tipo: diete "proteiche" da poco meno di 600 calorie e nelle quali di proteico non c'è assolutamente nulla, falsi miti sulla dieta chetogenica e idee miracolose per andare al mare con 4 kg di meno... ma, molto spesso, questi chili persi molto velocemente si

riprenderanno. Le diete miracolose del web hanno in comune una sola cosa: la diminuzione drastica dell'apporto calorico per costringere il corpo ad attingere alle sue riserve di grasso. Quante diete avete visto e quante ne avete provate? La dieta del riso, del gelato, della frutta, del minestrone e chi più ne ha più ne metta, costringono il corpo ad entrare in uno stato di emergenza (per il nostro organismo si tratta di carestia) durante il quale cerca di abbassare il metabolismo andando ad intaccare la nostra massa magra che è quella metabolicamente attiva. Infatti noi non siamo come i nostri antenati o anche solo come i nostri nonni che praticavano attività fisica anche solo per necessità ogni giorno della loro vita: il nostro corpo, dovendo abbassare il metabolismo e constatando che, molto spesso, gran parte della nostra massa magra rimane inutilizzata, risparmia. E risparmia consumando in primo luogo la nostra massa muscolare. In questo modo le diete miracolose ci avranno certamente fatto perdere peso, ma avremo intaccato la nostra massa metabolicamente attiva, abbassato il metabolismo e reso il nostro organismo affamato di carboidrati che, appena noi riprenderemo a mangiare come normale che sia, ci porteranno di nuovo a prendere peso. Quale consiglio dare? Non aspettate l'estate, dopo

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



Natale o dopo Pasqua per tenere alla vostra forma fisica perché questa rispecchia il vostro stato di salute.

E non è detto che dietro ad un corpo magro ci sia sempre un corpo in salute. I dimagrimenti molto veloci a volte, tra le molteplici controindicazioni, possono portare a complicanze anche serie, a calcoli alla colecisti, a carenze vitaminiche importanti che si manifestano nei modi più svariati. Seguite una dieta bilanciata, equilibrata e sana, concedetevi qualche sgarro perché, se inserito all'interno di una dieta varia, lo potrete fare con serenità godendovi i vostri momenti conviviali senza eccessive rinunce. Amate la vostra salute tutto l'anno.

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

GRUPPO
CIDAT
l'alta specializzazione in sanità

È TEMPO DI PREVENZIONE SENOLOGICA:

ECOGRAFIA MAMMARIA E SCREENING MAMMOGRAFICO

E' importante che le donne si prendano sempre cura di sé.

Lo screening mammografico corrisponde ad una serie di esami o indagini strumentali eseguiti a largo spettro su fasce più o meno ampie della popolazione femminile. Obiettivo dello screening al seno è quello di individuare il carcinoma della mammella o le sue prime manifestazioni quando ancora non provocano sintomi. Attraverso lo screening senologico si ricercano eventuali lesioni tumorali, anche piccolissime, in assenza dei disturbi tipici causati dalla malattia oncologica. Lo screening per il tumore della mammella per risultare efficace in termini preventivi deve, tuttavia, seguire alcune regole precise: ad iniziare dal rispetto dei tempi in cui effettuarlo. E' dimostrato dai principali studi di settore come non tutti i tipi di carcinoma mammario si sviluppino e crescano con le stesse modalità e identica progressione: è stato calcolato che occorrono dai 5 ai 10 anni perché una lesione tumorale raggiunga 1 cm di diametro e il tumore trattato nelle forme al di sotto di questa misura è guaribile 9 volte su 10. L'esecuzione, dei test previsti dal percorso di screening del tumore al seno può, quindi, evitare l'evolvere della malattia.

Tra gli esami strumentali disponibili in campo medico, la Mammografia bilaterale del seno è a tutt'oggi considerato il test più efficace svolto all'interno dei programmi di screening mammario. L'esecuzione del test differisce per fasce di età e tempistica: nelle donne tra i 50 ed i 69 anni, la Mammografia è raccomandata con cadenza biennale, mentre nelle donne di età compresa tra i 40 ed i 49 anni, la Mammografia andrebbe eseguita caratterizzandone la cadenza sul singolo soggetto in relazione ai fattori di rischio messi in evidenza dall'anamnesi. La maggior parte degli studi pubblicati ha dimostrato come la Mammografia impiegata nei test (ne rappresenta il gold standard) di screening mammografico abbia contribuito a ridurre la mortalità per carcinoma.

L'AUTOPALPAZIONE DEL SENO L'esame periodico del proprio seno permette di imparare a conoscere l'aspetto normale e di notare qualsiasi cambiamento rispetto alla fisionomia di base. Certamente, in un'epoca in cui la mammografia e talvolta l'ecografia mammaria consentono di rivelare tumori di pochi millimetri, non si può parlare di diagnosi precoce: la sola autopalpazione non basta, tuttavia è bene evidenziare che, eseguita correttamente e regolarmente, questa tecnica può aiutare a ridurre il rischio di diagnosticare un tumore del seno in fase avanzata. Un esame che la donna può eseguire da sola a partire dai 20 anni di età. una volta al mese, una settimana dopo la fine del ciclo (poiché questa è la fase in cui il seno è meno dolente e turgido); se si è in gravidanza o in menopausa, il momento in cui eseguirlo è indifferente. Rilevata la presenza di segnali chiaramente differenti dalle condizioni usuali, sarà allora opportuno sottoporsi a una visita senologica.

• **COME SI SVOLGE:** Davanti allo specchio, in un ambiente ben illuminato, osservare le mammelle tenendo le braccia distese lungo i fianchi; poi appoggiarle sul bacino e spingere forte in modo da contrarre i muscoli del petto. Scrutare adesso le eventuali imperfezioni naturali del seno: infatti, solo raramente le due mammelle sono del tutto identiche. Attenzione a un mutamento nel disegno dei seni: un'alterazione del contorno, come un gonfiore, una retrazione cutanea o un'anomala morfologia dei capezzoli. Ripetere la stessa perlustrazione con le braccia ben alzate, mettendo in evidenza la zona ascellare, e successivamente anche di profilo, per controllare la linea delle mammelle ed evidenziare irregolarità o vere e proprie sporgenze. A questo punto, piegare il braccio destro dietro la nuca e cominciare a palpate delicatamente la mammella a destra con la mano sinistra e le dita tese, a caccia di eventuali masse anomale, indurimenti o ispessimenti. L'operazione va quindi ripetuta sul seno sinistro.

• **L' ECOGRAFIA MAMMARIA** E' un esame diagnostico per immagini, che consente lo studio anatomico e strutturale del seno. Quest'indagine non invasiva, con l'ecografia mammaria è possibile individuare cisti al seno, cio' formazioni di natura benigna, spesso a contenuto liquido o misto, e fibroadenomi. Quest'indagine consente, inoltre, di diagnosticare la presenza di tessuti infiammati (come nel caso di mastite o ascessi) ed è importante nella diagnosi precoce di lesioni più serie, come i tumori maligni. L'ecografia mammaria permette di visualizzare anche le eventuali alterazioni a carico dei linfonodi dei cavi ascellari. Nella maggior parte dei casi, l'ecografia al seno non è un'indagine alternativa alla mammografia e i due esami sono ritenuti complementari. Nella diagnostica senologica, l'esame ecografico è più adatto a valutare i tessuti mammari densi (in cui la componente ghiandolare è prevalente) delle donne giovani, non sempre ben visualizzabili ai raggi X della mammografia.

• **COS'È LO SCREENING MAMMOGRAFICO E A CHE COSA SERVE:** Lo screening mammografico corrisponde ad una serie di esami o indagini strumentali eseguiti a largo spettro su fasce più o meno ampie della popolazione femminile. Obiettivo dello screening al seno è quello di individuare il carcinoma della mammella o le sue prime manifestazioni quando ancora non provocano sintomi. Attraverso lo screening senologico si ricercano eventuali lesioni tumorali, anche piccolissime, in assenza dei disturbi tipici causati dalla malattia oncologica. Lo screening per il tumore della mammella per risultare efficace in termini preventivi deve, tuttavia, seguire alcune regole precise: ad iniziare dal rispetto dei tempi in cui effettuarlo. E' dimostrato dai principali studi di settore come non tutti i tipi di carcinoma mammario si sviluppino e crescano con le stesse modalità e identica progressione: è stato calcolato che occorrono dai 5 ai 10 anni perché una lesione tumorale raggiunga 1 cm di diametro e il tumore trattato nelle forme al di sotto di questa misura è guaribile 9 volte su 10. L'esecuzione, dei test previsti dal percorso di screening del tumore al seno può, quindi, evitare l'evolvere della malattia.

Presso il centro medico polispecialistico Orvieto Diagnostica del gruppo CIDAT in Piazza Monte Rosa 44 ad Orvieto Scalo, è possibile effettuare lo screening mammografico con macchinari di alta specializzazione e controlli al seno accurati e approfonditi.

ORVIETO DIAGNOSTICA
centro medico polispecialistico

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



LA FRATTURA DI COLLES

La frattura di Colles riguarda la porzione distale del radio ed avviene principalmente in seguito ad una caduta, in particolare quando si poggiano le mani in avanti per attutire il colpo. Tale lesione comporta dolore, limitazione funzionale del polso e deficit di forza. A seconda delle caratteristiche della lesione e della situazione clinica del paziente, l'ortopedico valuterà se scegliere un trattamento chirurgico o conservativo. La fisioterapia ricopre un ruolo importante nel recupero. Tramite tecniche di terapia manuale, esercizi terapeutici specifici ed educazione nella gestione delle attività di vita quotidiana, il fisioterapista aiuterà la persona a migliorare la mobilità a livello muscolo-articolare, ridurre il dolore ed il gonfiore, migliorare la forza e recuperare la piena funzionalità.

**OSTEOPATIA PER LA CURA E LA PREVENZIONE DEL MAL DI SCHIENA**

Tutti almeno una volta nella vita abbiamo avuto a che fare con il mal di schiena. Questo sintomo così comune può avere però cause differenti, come ad esempio alterazioni posturali, problematiche discali e muscolari o uno stile di vita sedentario. L'Osteopata, attraverso test specifici di mobilità articolare, può individuare le principali cause

di mal di schiena del paziente ed, attraverso il trattamento manuale, migliorare il dolore e prevenire il rischio di recidive. 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 rilassamento muscolare, tecniche dirette di manipolazione vertebrale e articolare, oppure tecniche specifiche per la mobilità viscerale e craniosacrale. Essendo il trattamento di Osteopatia sempre personalizzato al paziente, è possibile curare individui di ogni età: bambini, giovani ed anziani.

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

DIETNATURAL

offerta 59€

✓ TEST INTOLLERANZE ALIMENTARI

✓ PRODOTTO DIETNATURAL

✓ VISITA

Via Sette Martiri, 50 Orvieto (TR)
328/5729648
orvieto@dietnatural.it

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.

Soprattutto dopo periodi di eccessi è bene controllare il proprio organismo e scoprire se può aver sviluppato intolleranze verso uno o più alimenti.

Approfitta subito della nostra promo che comprende:

- Test intolleranze alimentari
- Prodotto Dietnatural
- Visita

A soli **59€**



Dott.ssa Giulia Micozzi
Biologa della nutrizione
Consulente Diétnatural

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

il Tappezziere Enzo



SOSTITUISCI IL TUO VECCHIO MATERASSO PER UN RIPOSO PERFETTO



**PROMO
-30%**

Zona Artigianale CICONIA - Orvieto (TR)
Tel. 0763 305132

