

PRIMO PIANO

Consegnati i defibrillatori

 Mylan

zENTIVA

RANBAXY

 **SANDOZ**

A healthy decision

 **EG®**
EuroGenerici

 **FARMA
UNITI** News
NOTIZIE PER LA TUA SALUTE



STAR BENE

□ Arteterapia

pag. 4

INFANZIA

□ “Una porta aperta Bambini”

pag. 8

ANDROLOGIA

□ Disfunzioni sessuali ed impotenza

pag. 14

ALTRA MEDICINA

□ Globuli e granuli per le allergie di primavera

pag. 19

OCULOPLASTICA

□ Fattori di crescita e cellule staminali

pag. 23

Farmauniti News - Notizie per Te
Rivista bimestrale
della Società Cooperativa Farmauniti
Via Sant'Anselmo, 14 - 10125 Torino
www.farmauniti.it

Iscrizione al Tribunale di Torino
n. 57/11 del 12/09/2011

Tiratura
102.000 copie

Direttore responsabile
Roberto Emer

Comitato di redazione
Marco Aggeri
Roberto Bruno
Anna Maria Coppo
Roberto Mutti
Giliola Rosso

Hanno collaborato
Alessandra Fontana
Carlo Graziani
Chiara Marta Maria Gualini
Alberto Roggia

Progetto e realizzazione grafica
SGI srl - Società Generale dell'Immagine
Via Pomaro, 3 - 10136 Torino

Concessionario pubblicità
SGI srl - Società Generale dell'Immagine
Via Pomaro, 3 - 10136 Torino
www.sgi.to.it - info@sgi.to.it
tel. 011 35 99 08 - fax 011 329 06 79

Stampa
La Terra Promessa Onlus
Novara

Chiuso in tipografia il 10 aprile 2014

 **SANDOZ**
A healthy decision

L'INIZIATIVA È IL MOMENTO FINALE DI "GESTI CHE FANNO BENE AL CUORE... TUO E DEGLI ALTRI", CAMPAGNA DI INFORMAZIONE E PREVENZIONE PROMOSSA DALLE FARMACIE ASSOCIATE ALLA COOPERATIVA FARMAUNITI VOLTA A SENSIBILIZZARE IL PUBBLICO SUL RISCHIO CARDIOVASCOLARE E SULLA FIBRILLAZIONE ATRIALE.

I DEFIBRILLATORI SONO ANDATI A DIVERSE ASSOCIAZIONI O SOCIETÀ SPORTIVE, SELEZIONATE SULLA BASE DELLE RICHIESTE PERVENUTE ALLA COOPERATIVA SU SEGNALE DEI SOCI.

La Cooperativa Farmauniti ha promosso questa campagna puntando l'attenzione in particolare sulla fibrillazione atriale, come fattore di rischio per le malattie cardiovascolari. La fibrillazione è una forma di aritmia caratterizzata dalla perdita della normale regolarità del battito cardiaco, disturbo molto frequente, che, se non riconosciuto, può causare seri danni alla salute. La campagna si è avvalsa del contributo scientifico del professor Fiorenzo Gaita - docente dell'Università di Torino e Direttore della Cardiologia Universitaria della Città della Salute di Torino, massimo esperto in tema di fibrillazione atriale - che ha redatto i testi dell'opuscolo che sono stati distribuiti

CONSEGNATI I DEFIBRILLATORI SEMIAUTOMATICI



ai cittadini, in cui viene spiegato in modo chiaro e comprensibile a tutti che cosa è la fibrillazione e i rischi ad essa collegati. "Anche con questa campagna - sottolineano i farmacisti Farmauniti - il farmacista è stato naturalmente a disposizione del cittadino, in un'opera di informazione e prevenzione sul territorio, in piena collaborazione con il mondo medico, a cui saranno rimandati, in caso di rilevazione di dati allarmanti, i cittadini".



Gesti che fanno bene al cuore...



...TUO e degli ALTRI

SCOPRIRE E CONTROLLARE
LA PRESSIONE ALTA E LA FIBRILLAZIONE ATRIALE

in collaborazione con
microlife



ASSOCIAZIONE

G.S.D. MIRABELLO
 ASS. SPORTIVA QUARGNENTO
 UNIONE SPORTIVA ANNONESE
 ASS. SPORTIVA NICESE
 PALESTRA COMUNALE DI NIZZA M.TO
 SPARTAK CLUB
 A.S.D. LA CHIAVAZZESE
 ASS. NAZ. VIGILI DEL FUOCO VOLONTARI
 ASS. JUDO VALLE
 ASS. ODB ORATORIO
 U.S.D. SOMMARIVA PERNO
 C.F.F.S COGOLETO
 BASEBALL-SOFTBALL ASD
 CENTRO SPORTIVO BARAGALLO ASD
 S.S FORZA E CORAGGIO
 A.R. MAGISTRATO DEL PALIO
 SAVONA HOCKEY CLUB
 ISTITUTO COMPRENSIVO ALBENGA 1
 ATLETICA ARCOBALENO
 A.S.D. SASSELLO
 POLISPORTIVA QUILIANO A.S.D.
 POLISPORTIVA valmaremola
 A.S. CHIERA ATHLETIC CLUB
 ch4 sporting club
 Centrale riva
 COSSOLO
 A.S.D. VALCHIUSELLA 1999
 BASKET CARMAGNOLA
 Assessore Comune Caselle
 POLISPORTIVA CASTELLAMONTE
 A.S.D. UNISPORT
 A.S.D. REAL MAMERTO
 PALLACANESTRO GRUGLIASCO
 A.S.D. MONCALIERI RUGBY
 PINO CALCIO 2011
 ASS. EQUESTRE DILETTANTISTICA LA SIEPE
 OSVOLLEY A.S.D.
 U.S.D. PRALORMO
 A.C.D. REALBOYSSANTAMBROGIO
 ASD NORD OVEST JUDO
 ASD LIBERTAS GINNASTICA VERCELLI
 F.C. PRO VERCELLI 1892
 Centrale Cambiano
 CENTRO F.LLI ALLEGRA
 CENTRO SPORTIVO MILANACCIO
 Liceo COTTINI

PROVINCIA

ALESSANDRIA - Mirabello Monf.to
 ALESSANDRIA - Quargnento
 ASTI - Castello d'Annone
 ASTI - Nizza Monf.to
 ASTI - Nizza Monf.to
 ASTI - San Damiano
 BIELLA
 BIELLA - Trivero
 CUNEO
 CUNEO - Saluzzo
 CUNEO - Sommariva Perno
 GENOVA - Cogoleto
 IMPERIA - Sanremo
 IMPERIA - Sanremo
 LA SPEZIA
 NOVARA - Maggiore
 SAVONA
 SAVONA - Albenga
 SAVONA - Finale
 SAVONA - Pratobadario
 SAVONA - Quiliano
 SAVONA - VALMAREMOLA
 TORINO
 TORINO
 TORINO - Riva di Chieri
 TORINO
 TORINO - Alice Superiore
 TORINO - Carmagnola
 TORINO - Caselle
 TORINO - Castellamonte
 TORINO - Cavagnolo
 TORINO - Chiaverano
 TORINO - Grugliasco
 TORINO - Moncalieri
 TORINO - Pino T.se
 TORINO - Poirino
 TORINO - TROFARELLO
 TORINO - Pralormo
 TORINO - Sant'Ambrogio
 TORINO - Vallo To.se
 VERCELLI
 VERCELLI
 Torino Cambiano
 VERCELLI - Borgosesia
 VERCELLI - Borgosesia FARMAUNITI
 TORINO

**LE ASSOCIAZIONI
 A CUI STATO
 DONATO
 UN DEFIBRILLATORE**



La frutta e verdura di cui ti puoi fidare



AMUCHINA disinfetta in profondità eliminando germi e batteri.

Autorizzazione su domanda del 25.06.2013. E' presidio medico chirurgico, n° reg. 100/43, leggere attentamente le istruzioni d'uso.



È possibile prevenire 3 ICTUS SU 4 causati da Fibrillazione Atriale

**Sapere o meno se si ha la Fibrillazione Atriale
è il primo passo verso la prevenzione dell'Ictus**

valentemente gli anziani, ma solo in Italia esistono più di 30.000 persone giovani che ne sono state colpite, anche in modo invalidante.

Come prevenire l'ictus?

Con una vita sana (non fumando, facendo attività fisica, alimentandosi correttamente, non abusando di alcool e droghe) e controllando Pressione Arteriosa, Fibrillazione Atriale, Colesterolo e Glicemia.

molte persone che ne soffrono non presentano disturbi e ignorano di avere questo problema.

**La Fibrillazione Atriale è
causa di 1 Ictus su 5 ed è
quindi un importante fattore
di rischio.**

**Chi è a rischio,
quali sono i sintomi
e come scoprire la
Fibrillazione Atriale**

Questa è la raccomandazione di tutte le associazioni impegnate per la lotta all'Ictus come la National Stroke Association o ALICE (Associazione per la Lotta all'Ictus Cerebrale). Ma cosa sono l'Ictus e la Fibrillazione Atriale?

**Cos'è un ictus, come
prevenirlo e cos'è
la Fibrillazione Atriale**

Un Ictus per il cervello equivale ad un infarto per il cuore: anche per il cervello, infatti, una fitta rete di "tubature" (arterie) fornisce continuamente ad ogni parte, il sangue necessario per il corretto funzionamento. Se questo flusso viene interrotto, quella parte del cervello perde l'apporto di ossigeno e subisce un danno, anche molto grave.

L'Ictus rappresenta la prima causa di invalidità e la terza causa di morte; si crede che colpisca pre-

2 Ictus su 3 potrebbero essere evitati con stili di vita adeguati ed individuando i fattori di rischio.

Cos'è la Fibrillazione Atriale?

La Fibrillazione Atriale è un disturbo del battito cardiaco: il cuore batte in modo irregolare e perde la capacità di contrarsi in modo coordinato, causando un "ristagno" di sangue e il rischio di formazione di coaguli (grumi solidificati di sangue).

I coaguli possono immettersi nella circolazione sanguigna e arrivare al cervello causando un Ictus Ischemico.

La Fibrillazione Atriale è l'anomalia del ritmo cardiaco più comune nella popolazione adulta. In Italia colpisce circa 1.000.000 di persone, con 120.000 nuovi casi ogni anno.

I dati si riferiscono solo ai casi accertati, ma quelli totali sono in realtà ben più numerosi perché

La Fibrillazione Atriale colpisce mediamente il 2% degli adulti. Il rischio di FA cresce con l'età: 1 persona su 4, oltre i 40 anni, presenta elementi di rischio per la comparsa di FA.

Le caratteristiche associate ad elevato rischio di Fibrillazione Atriale sono:

- età oltre 65 anni
- ipertensione
- obesità
- diabete
- problemi cardiaci
- disfunzione tiroidea
- apnee notturne
- broncopatie croniche ostruttive
- insufficienza renale
- abuso di bevande alcoliche e cocaina.

I sintomi più comuni della Fibrillazione Atriale sono:

- senso di battito cardiaco "strano", irregolare e/o veloce
- difficoltà nel respirare sotto sforzo (dispnea)
- facile affaticamento (astenia).



Molte persone affette da Fibrillazione Atriale non presentano sintomi (Asintomatica), specialmente quando la frequenza cardiaca non è eccessiva.

La Fibrillazione Atriale Asintomatica è particolarmente pericolosa perché la persona che ne soffre non viene avvertita dal proprio corpo e averla senza sentirla vuol dire non curarla aumentando notevolmente il rischio Ictus.

Cosa fare per scoprire la fibrillazione atriale?

In circa un terzo dei casi la Fibrillazione Atriale rimane asintomatica e non è diagnosticata.

Spesso inoltre la Fibrillazione Atriale si presenta in forma Parossistica (va e viene).

È quindi indispensabile un approccio proattivo di medici, farmacisti e pazienti che permetta di generare il sospetto di Fibrillazione Atriale controllando il proprio battito cardiaco attraverso la palpazione del polso o **misuran-**

dosi la pressione arteriosa con apparecchi automatici dotati di algoritmi (validati) in grado di indicare la possibile presenza di Fibrillazione Atriale.

Gli apparecchi validati per lo screening della Fibrillazione Atriale devono riportare chiaramente nel manuale d'uso o nella confezione questa indicazione d'uso. Le funzioni per la rilevazione del "battito irregolare" (IHB - Irregular Heart Beat) previste in molti apparecchi per la misurazione della pressione arteriosa non sono in grado, se non specificatamente documentato e previsto, di effettuare un accurato screening della Fibrillazione Atriale.

L'importanza dello screening e la cura della Fibrillazione Atriale

La cura della Fibrillazione Atriale

La Fibrillazione Atriale e le conseguenze ad essa correlate possono essere curate o tenute sotto controllo soprattutto se diagnosticate in tempo. Per maggiori informa-

zioni chiedi al tuo medico curante.

La prevenzione dell'Ictus in Farmacia

Le farmacie sostengono la campagna per la prevenzione dell'Ictus e lo screening della Fibrillazione Atriale della Società Italiana di Medicina Generale (SIMG).

Per maggiori informazioni chiedi al tuo farmacista o rivolgiti al tuo medico di fiducia. Grazie all'introduzione progressiva di nuovi servizi professionali e tecnologie anche per uso domiciliare, le farmacie sono in grado di rispondere alle crescenti esigenze di salute ed essere sempre più vicini al cittadino. Al tuo farmacista puoi sempre rivolgerti con fiducia! ■

Dati recenti dimostrano come lo screening della Fibrillazione Atriale, unitamente alla misurazione della Pressione Arteriosa può contribuire a: evitare 2.500 Ictus fatali e far risparmiare 250.000.000 euro alla collettività*.



microlife
Un partner per la gente. Per la vita.

Microlife AFIB
Misuratore della Pressione Arteriosa
con algoritmo validato per lo screening
della **Fibrillazione Atriale.**

È un dispositivo medico CE0044. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso.
Autorizzazione ministeriale del 19-07-2013.

Numero Verde
800-510661
SERVIZIO CONSUMATORI

(*) Stime pubblicate nelle linee guida NICE-NHS (Sistema Sanitario Nazionale Inglese) e applicate ai dati di prevalenza sulla FA in Italia.

LA GIUSTA CARICA PER
TORNARE IN **PISTA**

CREATINA PLUS SANDOZ®

Utile a chi pratica attività fisica e sportiva
per supportare l'aumentato fabbisogno energetico
e reintegrare i sali persi con la sudorazione.

Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata
e di un sano stile di vita.

3 bustine solo per adulti che praticano un esercizio fisico intenso.



1 BUSTINA
2/3 volte al dì
AROMA
ARANCIA

20 bustine da 6 g



SANDOZ
a Novartis company

Uno strumento al servizio del BENESSERE: LA PSICOTERAPIA COGNITIVA



La Psicoterapia di orientamento Cognitivo è una delle più diffuse terapie di stampo psicologico, che si basa sul presupposto che vi sia uno stretto legame tra pensieri, emozioni e comportamenti e che i problemi psicologici e le difficoltà emotive siano

influenzati da ciò che pensiamo e facciamo nel presente. Questo tipo di terapia si propone di fornire al paziente un percorso orientato all'obiettivo, generalmente di media-

breve durata, che mira alla risoluzione dei problemi attuali; l'attenzione è rivolta soprattutto al qui ed ora, in particolar modo a quali meccanismi mentali contribuiscono a

mantenere la sofferenza nel presente, pur considerando gli eventi passati e le esperienze infantili come utili fonti d'informazione circa l'origine e l'evoluzione dei sintomi.

EFFETTO ENERGIA



MAGNESIO POTASSIO SANDOZ®

**In caso di eccessiva sudorazione e spossatezza,
facilita l'efficienza fisica svolgendo
un'azione energetica e rivitalizzante.**



Gli integratori non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di un sano stile di vita. Si raccomanda di non superare la dose di 3 bustine al giorno.

10/20 bustine effervescenti

1 BUSTINA
dopo i pasti
AROMA
ARANCIA



SANDOZ
a Novartis company

Noi tutti tendiamo a ricercare un significato a ciò che ci succede e a ciò che proviamo, per costruire una storia più o meno coerente della nostra vita. Questa tendenza narrativa ci aiuta a vivere la nostra vita quotidiana e ad attribuirle un senso, ma ogni tanto i significati che diamo possono essere fonte di dolore e indurre in noi convinzioni e comportamenti che generano spirali di sofferenza e disagio. Ad esempio un ragazzino prende un brutto voto in matematica. Il senso che può dare a questo evento può essere molto diverso. Può considerarlo semplicemente legato al poco impegno o ad una scarsa passione per la materia: in questo modo il voto rimarrà legato al compito e al suo comportamento in una data situazione. Oppure può intimamente ritenere quel voto un giudizio su di sé, sul proprio valore e la propria intelligenza e sentirsi così svalutato e sfiduciato da sé stesso e dalle proprie possibilità. Sono significati molto diversi, che conducono alla costruzione di storie a loro volta molto diverse, perché con il passare del tempo le varie interpretazioni portano a convinzioni e comportamenti più o meno aderenti alla realtà e più o meno funzionali al benessere della persona.

Durante il trattamento terapeutico e paziente collaborano attivamente per capire il problema e sviluppare delle strategie per gestire e ridurre la sofferenza generata dal disturbo. Il paziente, quindi, viene allenato a



prendere consapevolezza del proprio funzionamento mentale e ad utilizzare nella vita quotidiana le tecniche usate nel corso della terapia per migliorare il proprio benessere mentale.

Le tecniche utilizzate servono a gestire gli stati emotivi dolorosi e variano in base al tipo di problema presentato e alla fase della terapia. Esse permettono al paziente di imparare a riconoscere e gestire le emozioni dolorose e di beneficiare del trattamento anche dopo la conclusione della terapia. In questo modo il paziente viene incoraggiato a diventare gradualmente il terapeuta di se stesso.

La psicoterapia Cognitiva è attualmente considerata a livello internazionale uno dei più affidabili ed efficaci modelli per la comprensione ed il trattamento dei disturbi psicopatologici. Essa basa i propri interventi sulle attuali conoscenze in campo neuroscientifico ed è stato dimostrato attraverso studi scientifici

pubblicati in letteratura che i metodi e le tecniche usate costituiscono una terapia efficace per numerosi problemi di tipo clinico. Essa è inoltre considerata il trattamento d'elezione per la depressione e per i disturbi d'ansia come gli attacchi di panico e i disturbi ossessivi, così come attestano recenti documenti diffusi dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS). Nel caso ad esempio della depressione gli studi evidenziano che circa il 75% dei pazienti ha una significativa diminuzione dei sintomi entro le prime 20 sedute di psicoterapia. Nel caso in cui ad essa sia associato un trattamento farmacologico, la riduzione della sintomatologia si verifica nell'85% dei casi. È stato anche dimostrato che questi miglioramenti sono durevoli nel tempo.

La psicoterapia cognitiva quindi può essere un valido ed efficace aiuto per affrontare una situazione di disagio psicologico più o

meno grave, che permette di gestire i sintomi nel breve periodo e acquisire le competenze per migliorare la propria vita emotiva nel medio lungo periodo, con risultati durevoli e volti direttamente al benessere della persona.

Scritto da:
Michela Molinari
Psicologa e
Psicoterapeuta Cognitiva
Sessuologa Clinica

CUORE di donna

Appare ormai superato nel mondo occidentale il vecchio retaggio culturale che faceva ritenere la donna al riparo dalle malattie cardiovascolari che sono, al contrario, la principale causa di morte per entrambi i sessi.

Benché, grazie alle moderne terapie, la mortalità per malattie cardio-vascolari sia in diminuzione, purtroppo il miglioramento della prognosi riguarda prevalentemente il sesso maschile. In Italia le malattie cardiovascolari risultano responsabili di circa il 46,8% di tutte le morti nelle donne e del 37% negli uomini.

La cardiopatia ischemica è determinata da un ostruzione delle arterie coronarie che non riescono a rifornire un adeguato flusso di sangue ad una parte del muscolo cardiaco (ischemia). Quando l'ischemia è transitoria la sofferenza del muscolo cardiaco è di breve durata e non si manifestano danni irreversibili al cuore. In questo caso i sintomi sono

di breve durata (10-15 minuti) e si parla di angina. Si definisce invece infarto l'ischemia prolungata in grado di determinare un danno irreversibile al muscolo cardiaco (necrosi) qualora non si intervenga tempestivamente; in questo caso i sintomi sono più intensi e protratti.

Nell'ambito di questa patologia rimane ancora da inquadrare nel sesso femminile la diversa percezione della malattia, i sintomi di presentazione, la diversa sensibilità ai farmaci, la diversa efficacia dei test diagnostici nell'identificare la malattia e la diversa prognosi.

Da qualche anno, finalmente, le società scientifiche hanno riconosciuto la necessità di approfondire la conoscenza sulle diverse modalità con cui le malattie cardiache, ed in particolare infarto ed angina, interessano e si esprimono nei due sessi. Ci sono voluti anni di osservazioni derivate dalla clinica e spesso "inspiegate" per rendersi conto che la

patologia cardio-vascolare nella donna ha delle caratteristiche proprie e distinte da quella maschile. La malattia coronarica nelle donne ha spesso sintomi di esordio diversi da quelli classicamente descritti negli uomini, i sintomi più spesso nelle donne vengono sottovalutati o non riconosciuti. Anche l'interpretazione dell'elettrocardiogramma femminile può presentare differenze rispetto a quello maschile e queste differenze, nella donna in età fertile, possono essere influenzate dalla fase del ciclo ormonale. La comunità scientifica, per tradizione piuttosto "maschilista", sta acquistando consapevolezza dell'esistenza di una cardiologia "di genere". Agli studi scientifici del secolo scorso, eseguiti su grosse popolazioni colpite da infarto ed angina, dobbiamo riconoscere il merito di avere individuato i fattori che predispongono alla malattia coronarica e l'efficacia delle diverse

terapie sulla sopravvivenza in fase acuta e nel decorso successivo. Dobbiamo però contemporaneamente notare come questi studi siano stati effettuati su popolazioni prevalentemente maschili e che le conclusioni da esse derivate non possono essere semplicemente traslate al genere femminile.

Il diverso corredo dei cromosomi rappresenta solo uno dei determinanti delle differenze di genere, che comprende anche fattori ormonali, sociologici, culturali ed ambientali. Le donne sono protette dalle malattie cardiovascolari nell'età fertile poiché gli estrogeni hanno azione vasodilatatrice e protettiva sulle pareti dei vasi arteriosi, inoltre contribuiscono a mantenere corretti valori di colesterolo nel sangue. Quando con la menopausa la protezione ormonale viene meno, le donne diventano più vulnerabili alle malattie cardio-vascolari. La presentazione dei sintomi "diversa" da quella



classica maschile può non essere riconosciuta tempestivamente ed essere responsabile in parte della prognosi peggiore che le malattie cardio-vascolari hanno nelle donne. Le donne negli anni scorsi hanno spesso sottovalutato l'importanza dello stile di vita nel controllo dei fattori predisponenti alle malattie cardio-vascolari, i cosiddetti fattori di rischio coronarici. Grandi studi epidemiologici hanno dimostrato che i fattori di rischio tradizionali (ipertensione, diabete, fumo, dislipidemia, familiarità) incidono in modo diverso nei due sessi.

Iipertensione e diabete sembrano conferire un più elevato livello di rischio cardiovascolare nella donna rispetto all'uomo. Anche il fumo pare avere effetti più deleteri nella donna. L'obesità è frequente nelle popolazioni occidentali e contribuisce ad aumentare il rischio di malattie cardiovascolari: le donne in sovrappeso hanno un rischio 4 volte superiore di avere problemi coronarici rispetto ad una coetanea normopeso. Anche gli stress psicologici e lavorativi sembrano pesare di più sul cuore femminile rispetto a quello maschile.

PREVENZIONE

Lo stile di vita gioca un ruolo fondamentale nel ridurre significativamente il rischio di malattie cardio-vascolari. Dieta, abolizione del fumo, attività fisica regolare e controllo del peso rimangono i cardini della prevenzione. Valgono anche qui le raccomandazioni di una dieta ricca in frutta, verdura e povera di grassi. Per quanto riguarda l'attività fisica per un'efficace prevenzione non è necessario essere frequentatrici abituali di palestre, piscine o campi da tennis. È dimostrato che

è sufficiente camminare tutti i giorni 30-40 minuti di seguito e fare le scale a piedi ogni volta che è possibile. L'attività fisica contribuisce ad abbassare i livelli di colesterolo e aiuta il controllo della glicemia nei soggetti diabetici o con valori glicemici ai limiti superiori della norma.

PERCHÉ LA PSICO

Perché la psicoanalisi? Perché aggiungo la psicoanalisi freudiana e lacaniana? Domandarsi oggi che senso può avere un'analisi è, a mio parere, quasi un'urgenza al fine di orientarsi nella varietà dell'offerta terapeutica contemporanea. La psicoanalisi è una prassi di cura? E se sì, di quale cura si tratta? Sotto l'insegna psi sono nati nel secolo scorso molti indirizzi psicologici guidati però da etiche e metodologie estremamente differenti. Che cosa caratterizza una clinica psicoanalitica? A chi mi dice oggi, e talvolta succede, che Freud è sorpassato, antico, rispondo come certamente la cura cambi con il procedere dei tempi, ma anche con l'invito a leggere Freud, perché chi lo trova antico di norma non lo ha letto. La cura analitica è la cura del corpo attraverso la parola a partire dall'ipotesi che l'uomo e la donna siano dotati di un inconscio, in quanto esseri parlanti. Questa formulazione tiene conto della tesi di Jacques Lacan per cui l'inconscio è strutturato come un linguaggio. Lacan rilegge Freud e recupera la radicalità e la precisione dell'insegnamento freudiano a partire proprio dal concetto di inconscio. L'inconscio si mostra al soggetto nei sogni, nei lapsus, negli atti mancati, nel motto di spirito, è dunque in relazione strettissima con il

linguaggio. Lacan riprende questo aspetto e lo pone a fondamento della sua clinica ampliando con la pratica le possibilità di intervento per lo psicoanalista, oggi impegnato nella clinica non più e non solo con le nevrosi. Freud e Lacan, con parole differenti, non fanno che sottolineare quanto la persona non sia padrona del linguaggio. Quando parliamo abbiamo l'illusione di scegliere le parole che pronunciamo, in realtà la scelta è determinata da motivazioni inconscie. Talvolta le parole parlano al posto nostro o forse ci parlano, nel senso che dicono ciò che non voleva essere detto. Qualcosa sfugge e quel qualcosa è l'inconscio, di cui non sappiamo nulla, se non a partire dall'ipotesi che esista. L'unica clinica che, nella pratica, prende in considerazione l'inconscio è la psicoanalisi. L'inconscio è particolare a ciascuno ed è a causa della sua esistenza che lo psicologo, il terapeuta, il medico che intende lavorare secondo una certa etica non può esimersi dall'iniziare un'analisi: "Chi abbia familiarità con l'essenza della nevrosi non si stupirà di sentire che anche colui il quale è perfettamente capace di esercitare la psicoanalisi sulle altre persone, può comportarsi come qualsiasi altro essere umano e produrre le resistenze più intense appena egli stesso sia fatto oggetto della

psicoanalisi" (Freud). Chi inizia un'analisi, che si tratti di un medico, di un artigiano, di un insegnante constata quanto il desiderio di iniziarla, la fiducia nel metodo e l'impegno cosciente a comprendere se stessi valgano poca cosa rispetto al potere delle resistenze. Ciascuno nasconde a se stesso il cuore della propria questione. In analisi dunque il lavoro si compie parlando e quando si parla non si può che farlo a partire dalle proprie mancanze e dagli inciampi della vita, affinché nasca una parola nuova. Nell'immaginario comune l'inconscio è rappresentato come un buco, un luogo oscuro quasi dantesco in cui sarebbero sepolti vecchi scheletri, che l'analista avrebbe il compito di riesumare. L'analisi non è questo, non è ascrivibile ad una dimensione di verticalità come alcuni analisti hanno erroneamente trasmesso, è un percorso orizzontale dove si parla per imparare a parlare veramente. L'inconscio è una pausa nel discorso, si apre e si richiude come una fessura, pulsa come un battito cardiaco, appena si svela scompare nuovamente. Chi va oggi a parlare a un analista? Le persone si rivolgono a un curante a partire da uno stato di malessere e non può che essere questa la via di accesso ad una cura psicoanalitica. Le motivazioni sono differenti:

fenomeni sintomatici nel corpo, stati acuti di sofferenza, emicranie, ansia, situazioni di dipendenza patologica e così via, ma tutte hanno alla base una domanda di guarigione, di cambiamento richiesto spesso in tempi rapidissimi. Le persone vogliono guarire e subito, ma questa non è una novità: "Nessuno normalmente si aspetterebbe che un pesante tavolo possa esser sollevato con due dita come si trattasse di un leggero sgabello, che si possa costruire una grande casa nello stesso tempo richiesto per erigere una piccola capanna di legno; eppure, appena si tratta delle nevrosi anche persone intelligenti dimenticano la necessaria proporzionalità tra tempo, lavoro e risultato... La nevrosi è per questa gente una sorta di fanciulla in terra straniera. Non si sa da dove venga e perciò ci si aspetta che un ben giorno sparisca" (Freud). Definirei la psicoanalisi un'arte logica fuori dal discorso comune, che permette a ciascuno di scoprire la propria particolarità. E' arte in quanto creativa cioè unica, non esiste una cura che possa assomigliare ad un'altra anche per due soggetti sofferenti di quello che apparentemente è uno stesso sintomo (es. panico); è logica, in quanto mette al lavoro l'inconscio del soggetto, che è regolato strutturalmente come il linguaggio.

ANALISI?

La psicoanalisi è creativa quanto rigorosa nel metodo e sopra ogni cosa non è una terapia basata sull'empatia, sulla comprensione dell'altro.

L'empatia è una qualità importantissima nelle professioni di aiuto alla persona, ma non nella clinica, dove la persona chiede giustamente di essere curata non consolata o capita.

Gambe sane e belle come a vent'anni.

Corregge

Uniforma

Riattiva

Alleggerisce

Idrata

Tonifica



BB CREAM GAMBE

Corregge gli inestetismi di smagliature, cicatrici e capillari evidenti, mentre restituisce leggerezza tonicità e sollievo.

Destasi

Perfect legs

BB Cream
Trattamento Gambe.
Piacere cosmetico
e benessere.

Dalla ricerca
HYNECOS®
RESEARCH

Da
POOL PHARMA
IN FARMACIA
www.poolpharma.it



**Per una pelle
sana e bella.
Naturalmente.**

*Smagliature, cicatrici,
invecchiamento cutaneo?*

*In farmacia nuovi
"dermo-trattamenti repair".*

Le **smagliature**, spesso causate da aumenti di peso o gravidanza, sono tra gli inestetismi femminili più frequenti. Le **cicatrici** sono le conseguenze visibili di un trauma o di un intervento chirurgico.

Eliminarle completamente non è possibile, ma si possono rendere meno evidenti. L'**invecchiamento cutaneo** è un fenomeno biologico ineluttabile: già al termine della crescita la pelle comincia ad invecchiare!



Da oggi possiamo fare molto per attenuare smagliature, cicatrici e rallentare gli effetti visibili dell'invecchiamento grazie a **Kut repair, Oil, Cream e Fluid**, l'innovativa linea di trattamenti a base di **oli e attivi naturali**.

La molteplicità di azioni svolte (tonificante, ricompattante, elasticizzante, rigenerante, idratante, anti-age) ne fanno tre alleati specifici per correggere gli inestetismi di **viso, mani e corpo**, l'assenza di sostanze allergizzanti garantisce massima sicurezza.

Kute-Oil repair, per un trattamento **mirato e intensivo**, contiene Dragoxat che favorisce il rapido assorbimento degli attivi.

Kute-Cream repair, per un trattamento **quotidiano**, contiene Lipomoist 2013 che crea sulla pelle un film altamente protettivo e idratante.

Kute-Fluid repair, nuovo fluido corpo per il trattamento delle **superfici estese**, contiene Megamoist che potenzia il fattore di idratazione della pelle.

Dalla ricerca Hynecos Research
Da Pool Pharma in farmacia.

COS'È LA BLEFAROPLASTICA ORIENTALE?

La blefaroplastica orientale o asiatica è una procedura chirurgica estetica volta alla creazione di una piega palpebrale superiore di tipo caucasico od occidentale ("doppia palpebra") partendo da una palpebra priva di piega od asiatica ("palpebra singola").

Sono soprattutto le donne, giapponesi in primis, a richiedere questo tipo di intervento chirurgico. Gli occhi del 50% della popolazione di etnia asiatica non hanno la classica piega cutanea delle palpebre superiori tipica dell'occhio di razza bianca caucasica. Più che la richiesta di un occhio "occidentale" i pazienti desiderano una piega cutanea che rende l'occhio più tondo ed aperto.

POSSO SOTTOPORMI ALL'INTERVENTO?

I pazienti con palpebra priva di piega ("palpebra singola") decidono di rivolgersi al chirurgo oculoplastico:

- Perché desiderano avere una doppia palpebra, ossia creare la piega palpebrale superiore.
- Perché non possono applicare make up ed ombretti.
- Perché lamentano uno sguardo poco incisivo ed inespressivo, anche in giovanissima età.
- Perché nutrono disagio e difficoltà relazionali a causa di uno sguardo poco vivace che non ne esprime la personalità.

Sempre più diffusa e richiesta tra i soggetti asiatici, essa si sta diffondendo anche tra le fasce d'età più giovani che desiderano un aspetto più aperto, senza per questo perdere le peculiarità del loro volto.

Ogni paziente verrà indirizzato e consigliato verso le pratiche chirurgiche più appropriate e all'avanguardia, secondo le più aggiornate linee guida delle associazioni chirurgiche internazionali.

IN COSA CONSISTE L'INTERVENTO?

- La blefaroplastica asiatica è un intervento chirurgico atto alla creazione di una piega palpebrale superiore di tipo caucasico od occidentale ("doppia palpebra") partendo da una palpebra priva di piega od asiatica ("palpebra singola").

- L'intervento crea un solco palpebrale laddove esso è assente, in modo che la pelle non debordi sulle ciglia, ma si adagi naturalmente tra le ciglia ed il solco quando l'occhio è aperto.

La piega palpebrale viene ricreata unendo due strutture anatomiche separate: cute ed aponeurosi del muscolo elevatore della palpebra, cute e tarso palpebrale oppure aponeurosi e muscolo orbicolare.

La scelta chirurgica terrà conto dell'individualità di ciascun paziente, rispettando la naturalezza e l'armonia del volto.

COSA DEVO ASPETTARMI/QUALI SONO I RISULTATI?

Il chirurgo oculoplastico tiene in considerazione le aspettative espresse dal paziente e la relazione della piega palpebrale con gli epicanti (angoli degli occhi) e con tutte le strutture del viso. L'obiettivo di questo intervento è ampliare la piega palpebrale ed ottenere un risultato armonioso e naturale, attenuando l'aspetto di "occhio a mandorla" tipico delle popolazioni asiatiche. Non si tratta solo di un vezzo.

La blefaroplastica asiatica permette di alleggerire la palpebra ed ingrandire l'occhio, aumentando così il campo visivo, con evidenti benefici non solo estetici ma funzionali.

La forma dello sguardo viene rispettata, la naturalezza del volto mantenuta, mentre gli occhi appaiono più aperti ed ammaliananti.



Carlo Graziani
Chirurgo Oculoplastico
Servizio Alta Specializzazione Chirurgia Oculoplastica
Clinica Fomaca di Torino
www.oculoplastica.it

...

Anna Maria Coppo
Farmacia San Giuseppe,
Settimo Torinese





Scopri i tuoi 4 giorni migliori per concepire un bambino.



Il **NUOVO** test di ovulazione digitale Clearblue con doppio indicatore ormonale è un test in grado di individuare i tuoi **4 giorni più fertili**.
Due più di prima*, per aiutarti a **rimanere incinta più rapidamente**.

*Rispetto alla versione precedente del Test di Ovulazione Clearblue Digital.

Clearblue. Ottimizza le tue probabilità di concepire un bambino.

www.clearblue.it

È un dispositivo medico DIV CE. Leggere attentamente le avvertenze o le istruzioni per l'uso. Aut Min Sal 04/11/2013.

il Colore Prende il Volo

Omaggio all'Ospedale Infantile Regina Margherita Torino

I DISEGNI DEI PAZIENTI DEL REGINA MARGHERITA HANNO COLORATO LA FERMATA SPEZIA DELLA METROPOLITANA DI TORINO, COME OMAGGIO ALL'OSPEDALE INFANTILE REGINA MARGHERITA.

Il progetto "Il colore prende il volo", ideato e coordinato dall'Associazione "La Traccia" e dalla responsabile pedagogica Graziella Ferrari Mollo, intende proporre un intervento didattico - creativo rivolto allo spazio urbano e, nello specifico, alla fermata della metropolitana Spezia, dalla quale si accede all'ospedale Infantile Regina Margherita. Il progetto, con la collaborazione di Fondazione FORMA Onlus, GTT, ITER (Istituzione Torinese per l'Educazione Responsabile) del Comune di Torino, Acqua Minerale Valmorea e

Regione Piemonte, è stato realizzato dai bambini ricoverati nel reparto di Nefrologia Trapianti e Dialisi del suddetto ospedale e da due classi quinte della Scuola Elementare Roberto D'Azeglio di Torino.

I tre pannelli sono stati posizionati nello spazio della fermata della metropolitana. I due creati dalle classi quinta A e quinta C della scuola D'Azeglio e raffiguranti la Regina e la Margherita

saranno posizionati nei due spazi adiacenti alle scale mobili e quello realizzato dai bambini ospedalizzati verrà posto all'interno, prima della salita alle scale mobili. Gli allievi della scuola D'Azeglio hanno raffigurato Torino attraverso lo studio di artisti famosi, quali

Hundertwasser, Keit Haring, Klimt, Depero, Magritte e Chagall.

Il terzo, "Giocando con Nespolo", creato dai piccoli pazienti in ospedale coordinati da Anna Maria Ragonesi del Gruppo Gioco in ospedale, è stato realizzato con Ugo Nespolo, che sarà presente all'evento. I colori che rivestiranno quegli spazi della metropolitana racconteranno, attraverso gli occhi dei bambini, una struttura creata appositamente per loro, per aiutarli a superare i momenti di difficoltà. Nel prossimo mese di settembre la copia dei tre pannelli verrà affissa all'ingresso principale dell'ospedale Infantile Regina Margherita.

Pierpaolo Berra



È stato presentato al Salone del Libro di Torino, domenica 11 maggio il libro "Ricette sognate" (Sabbiarossa Edizioni).

Si tratta di una raccolta, eterogenea ed intensa, dei cibi disegnati dai bambini ricoverati nel reparto di Chirurgia pediatrica dell'ospedale Infantile Regina Margherita di Torino e raccontati dalle madri (con ricette), nonché di alcune ricette scritte ed illustrate dai chirurghi e dalle infermiere del reparto ed illustrate dal punto di vista antropologico e nutrizionale.

Ricette sognate nasce da una iniziativa del primario dottor Jurgen Schleef e dall'idea dell'antropologa Mara Francese. La volontà di raccogliere le ricette e farne un libro nasce dalla sinergia di tre realtà: la divisione chirurgica del Regina Margherita, Sabbiarossa Edizioni, la Coop.

I proventi delle vendite (il libro è distribuito in tutte le librerie e nelle Coop ad un prezzo di 15 euro) saranno utilizzati per migliorare le strutture ospedaliere e per creare spazi di gioco e ricreazione a disposizione dei piccoli degenti del reparto, con la volontà di donare loro un ambiente quanto più possibile familiare ed accogliente, in grado di accompagnare meglio le loro degenze, sia nel pre che nel post operatorio.

**UN LIBRO
RACCOGLIE
LE RICETTE
DEI PICCOLI
PAZIENTI
DEL REPARTO
DI CHIRURGIA
DELL'OSPEDALE
INFANTILE
REGINA
MARGHERITA DI
TORINO**

RICETTE SOGNATE





Kute-Oil Kute-Cream Kute-Fluid

Repair

Pelle riparata. Naturalmente.



**Trattamento specifico
per migliorare
l'aspetto della pelle
in presenza di:**

- Smagliature
- Cicatrici
- Disidratazione
- Invecchiamento cutaneo



VISO-MANI-CORPO



Dermatologicamente Testati - Senza Paraffina Liquida - Senza Parabeni - Senza Alcool - Nickel Tested

Solo oli naturali per una pelle sana e bella.

**Gambe
sane e belle
come
a vent'anni!**

**Pesantezza, gonfiore
e inestetismi
delle gambe?
Da oggi in Farmacia
un prodotto unico,
innovativo
e completo.**

Gli inestetismi e il gonfiore delle gambe diventano per molte donne un chiodo fisso nei mesi che precedono l'arrivo dell'estate e della faticosa prova bikini. Purtroppo con l'arrivo dei mesi caldi questi disturbi (smagliature, cellulite, capillari dilatati, colorito pallido e opaco) tendono ad essere più visibili.

Avere gambe belle e sane è il desiderio di tutte le donne poichè sono il simbolo della sensualità e della bellezza femminile.



HYNECOS RESEARCH, Divisione dermocosmetica di Pool Pharma, ha realizzato **DESTASI BB CREAM GAMBE**, l'unica **BB Cream studiata per le gambe**: con un solo trattamento restituisce leggerezza, tonicità e sollievo alle gambe, corregge gli inestetismi di smagliature, cicatrici e capillari evidenti, idrata la pelle donandole un colorito naturale, stimola il microcircolo.

Grazie all'**innovativo ingrediente PHYTOCEL TECH**, preparazione liposomiale di cellule staminali vegetali, contribuisce a proteggere e a rivitalizzare i tessuti.

Resistente all'acqua, dermatologicamente testata, integrata da un fattore di protezione SPF 15, **DESTASI BB CREAM GAMBE** non contiene Oli Minerali e Paraffina Liquida.

In tubo da 100 ml è disponibile in due tonalità di colore.

**Dalla ricerca Hynecos Research
Da Pool Pharma in farmacia.**

Dalla ricerca
HYNECOS®
RESEARCH

Da
POOL PHARMA
IN FARMACIA
www.poolpharma.it

Lenisce e dà sollievo anche alla pelle più secca e sensibile. Rapidamente.

Le creme Physiogel Sollievo Calmante contengono la tecnologia avanzata BioMimic™, che lavora in modo naturale e delicato con la tua pelle secca e sensibile per reintegrare la barriera idrolipidica. Aiutano a trattenere l'idratazione all'interno e gli agenti irritanti all'esterno, per una pelle più liscia, morbida e meno sensibile. Non contengono conservanti, profumi o coloranti. Clinicamente testati dai dermatologi.

Prima:

barriera idrolipidica alterata
perdita di idratazione



Dopo:

barriera idrolipidica reintegrata



LA SCIENZA CHE SERVE PER LA PELLE CHE VUOI



PHYSIOGEL®

IPOALLERGENICO

TANGO & PSICHE

SCOPRIRE SE STESSI e LA RELAZIONE ATTRAVERSO IL TANGO

“Lo so che spaventa da morire abbandonarsi completamente a un'altra persona ma se ci riesci è una cosa fantastica...”



Il Tango è sicuramente, per sua propria natura, una delle dimensioni della danza dove sono sollecitate e stimolate le nostre emozioni, i nostri vissuti corporei e le nostre percezioni più che in altre declinazioni del ballo. La visione olistica della persona, ormai condivisa da tutte le discipline umanistiche, scientifiche, artistiche e culturali, ci porta a soffermarci sul bisogno che ogni individuo può avere di decifrare ed elaborare in maniera corretta il proprio io profondo e l'esperienza unica della relazione con l'altro. Il Tango si presenta in questo percorso, quale strumento immediato ed efficace per palesare e toccare le profondità della persona. Un'esperienza totalizzante, che manifesta l'individuo nelle sue dimensioni

esistenziali: la differenza tra l'uomo e la donna, la capacità di riconoscere e gestire le proprie emozioni, la dimestichezza con il proprio corpo, la capacità di relazionarsi in modo efficace, la capacità di sintonizzarsi con l'altro e di instaurare canali comunicativi funzionali ed appaganti per entrambi.

Per le sue caratteristiche specifiche il tango non può non stimolare la nostra parte più passionale: un concetto di “eros” che non riguarda ovviamente soltanto la nostra area sessuale e neanche solo quella sentimentale ma che unisce entrambi in un percorso di ricerca profondo che accompagna la persona e la coppia verso una maggiore consapevolezza e maturità. Per fare questo è necessario unire due mondi: quello psicologico, per una lettura personale e per una riflessione guidata che faciliti l'addentrarsi nei percorsi delicati della nostra anima e quello del movimento, utilizzato quale supporto e strumento per esprimere se stessi.



PERCHÉ DEVI SPENDERE DI PIÙ?

I farmaci generici hanno lo stesso principio attivo dei farmaci di marca e sono equivalenti in efficacia e qualità. E spesso costano meno.

**CHIEDI MYLAN
AL TUO FARMACISTA.**



In Italia e nel mondo, Mylan è sinonimo di qualità.

Riconosciuta e premiata negli USA come miglior produttore di farmaci generici, Mylan vanta processi produttivi ed un controllo qualità certificati secondo rigorosi standard americani ed europei.

Di Mylan ti puoi fidare.

www.mylan.it



Mylan
your life

MITO Settembre Musica

dal 4 al 21 Settembre 2014

MILANO E TORINO INSIEME
PER L'OTTAVA VOLTA

Per 18 giorni, Milano e Torino tornano a essere un unico grande palcoscenico offrendo un'occasione imperdibile per accostarsi a proposte artistiche diverse e di grande valore; circa 2200 musicisti: grandi orchestre, complessi da camera e solisti provenienti da 27 paesi; 182 appuntamenti, di cui 156 concerti, in 94 spazi canonici e inconsueti: sale da concerto, chiese, piazze, cortili, musei, palazzi, carceri, stabilimenti industriali...

Festival di tutte le musiche, MITO SettembreMusica è il luogo ideale per ripercorrere le storie della musica attraversando i differenti generi: dall'antica alla classica e alla contemporanea, dal jazz alle espressioni più innovative della musica elettronica, il tutto a prezzi sempre molto accessibili. La musica di oggi affonda le proprie radici nel passato, le vive, assorbe e trasforma, proiettandosi in un futuro che spesso vede convivere espressioni e realtà musicali apparentemente distanti. Il Festival MITO propone un cartellone ampio e composito, dove la scoperta di generi ed epoche diverse diventa inevitabile, percorrendone la ricchezza e la varietà. MITO SettembreMusica si propone come colonna sonora ideale di Expo

2015. Un sistema culturale virtuoso, quello tra Milano e Torino, che saprà arricchire il programma dell'Esposizione Universale con un'offerta musicale di altissimo livello internazionale, grazie anche alle collaborazioni che, da sempre, legano MITO a molte delle più autorevoli istituzioni musicali del mondo.

Il Festival inaugura con la Budapest Festival Orchestra diretta da Iván Fischer: giovedì 4 settembre al Teatro Regio di Torino e venerdì 5 al Teatro alla Scala di Milano. In entrambe le città il privilegio di ascoltare Martha Argerich nel concerto di Čajkovskij e Krystian Zimerman con l'Imperatore di Beethoven.

Brain and Music a Milano. Se il neurone suona il jazz. La quarta edizione di Brain and Music, giornata di dialogo tra musica e neuroscienze, sarà dedicata al rapporto tra improvvisazione musicale ed elaborazione cerebrale. Scienziati di fama mondiale dialogheranno per indagare sui rapporti tra l'improvvisazione come tecnica musicale e le funzioni cerebrali. Voce artistica del convegno sarà Paolo Fresu, che a seguire si esibirà in concerto con Gianluca Petrella regalando al pubblico un percorso di sperimentazione e improvvisazione su diversi generi musicali.



info: mitosettembremusica.it

OCCHI ROSSI ?

E SE STAVOLTA PROVASSI UN COLLIRIO OMEOPATICO ?

Ti bruciano gli occhi?
Sono rossi e irritati?

I colliri omeopatici possono dare un rapido sollievo agli occhi stanchi, secchi, irritati per cause diverse: polvere, pollini, smog, radiazioni UV, cloro dell'acqua delle piscine, uso prolungato di videotermini, lenti a contatto.

I colliri omeopatici esistono anche in monodose e possono essere utilizzati da grandi e piccoli.

Parlane con il tuo medico o con il tuo farmacista, sapranno prescriverti e consigliarti il collirio omeopatico adatto.



Laboratoires Boiron, leader mondiale dell'omeopatia, azienda familiare da oltre 80 anni.

www.boiron.it

LAURETANA®

L'acqua più leggera d'Europa

La salute passa anche dall'acqua

Lauretana sgorga da una sorgente naturale ad oltre 1000 m s.l.m.; ha un **residuo fisso** di soli **14 mg/l** che, associato al suo bassissimo contenuto di sodio, favorisce la diuresi ed il ricambio idrico.

tabella comparativa	residuo fisso in mg/l	sodio in mg/l	durezza in °F
LAURETANA	14	1.2	0.44
MONTEROSA	16.5	1.3	0.53
VOSS	22	4.28	1.2
S. BERNARDO	35.5	0.7	2.6
SANT'ANNA DI VINADIO	42.8	1.2	3.1
LEVISSIMA	80.5	1.9	N.D.
FIUGGI	123	7.16	7
PANNA	141	6.7	10.3
ROCCHETTA	177.8	4.61	N.D.
FIJI	210	4.28	9.45
SAN BENEDETTO	272	5.8	N.D.
EVIAN	309	6.5	29.1
VITASNELLA	382	3	N.D.

È importante il residuo fisso, il sodio e la durezza in gradi francesi (°F) di alcune acque oligominerali (residuo fisso < 500 mg/l) commercializzate nei territori nazionali come rilevato da Beverage 2011-2012

consigliata da



www.lauretana.com

servizio clienti

800-233230



consigliata a chi si vuole bene