

# Eliscyn

**copia omaggio**

trimestrale  
anno II - n° 7  
dicembre 2015  
ed. FM-AP

*Benessere come stile di vita*

**in questo numero troverete:**

**Quella magia del Natale**

**Acido ialuronico**

**L'alimentazione vegana in pratica**

**Mammografia 3D**



**mineral**  **TEST**<sup>®</sup>  
ANALISI MINERALE TISSUTALE



Certificato n. 21016

Mineral Test S.r.l.

Via L. Einaudi, 176 - 62012 Civitanova Marche (MC)  
Tel. 0733.817163 - Fax 0733.1996114 - Cell. 348.2214925

[www.mineraltest.it](http://www.mineraltest.it)    [info@mineraltest.it](mailto:info@mineraltest.it)

**U**n altro anno se ne sta andando... anche per Elixyr, che si presenta con l'ultimo numero del 2015 proprio quando il Natale sta per illuminare paesi, case e negozi. Noi vogliamo salutare questo periodo accendendo le luci della "magia del Natale", con un viaggio, nei valori delle festività per i più piccoli "...è importante permettere ai bambini di credere nella fantasia per il tempo necessario e dare realtà alla fantasia nei momenti più significativi".

Tra feste e baccano, un pensiero va anche ai nostri amici animali soprattutto nell'ultimo giorno dell'anno, quando ovunque si sparano petardi e fuochi d'artificio. All'interno alcuni consigli su come sarebbe opportuno comportarsi. Consigli anche su come trascorrere alcune ore in compagnia, magari giocando a scacchi: un gioco adatto a tutti che consente di allenare la mente ed imparare il rispetto delle regole. Per chiudere ottima anche come un'idea regalo particolare e raffinata: Artisan Tea, un gioiello dallo Yunnan, un thè molto particolare che contiene un piccolo fiore che viene svelato versandoci sopra dell'acqua calda.

Anche in questo numero uno spazio è riservato alla prevenzione con un approfondimento sulla mammografia 3D «un nuovo esame che "vede" in maniera più chiara, nitida e accurata il seno, ma molto meno doloroso poiché riduce al minimo la compressione».

Tanti altre informazioni utili all'interno e tante altre arriveranno con il nuovo anno. Per ora, Elixyr coglie l'occasione per ringraziare lettori e sostenitori che hanno creduto in questo progetto e che continuano a farlo e augura a 'Voi' tutti un sereno Natale e Felice Anno Nuovo.

Paola Verolini

1

quella magia del Natale...

2

acido ialuronico

4

stili alimentari - 2  
alimentazione vegana in pratica

7

arsenico

11

artisan tea - un gioiello dallo Yunnan

12

mammografia 3D con tomosintesi

15

gli scacchi - una palestra per la mente

16

le paure dei nostri amici

**SALUS**

LABORATORIO ANALISI CLINICHE

VIA PIAVE, 36/40 MACERATA

tel. 0733 239305 - fax 0733 236784

www.salusmacerata.it - segreteria@salusmacerata.it

**GEMINI**  
*Diagnostica*



**Forniture per laboratori analisi,  
medici e ambulatori veterinari**

Via Natali 35/A 62100 Macerata Tel. 0733 201735  
info@geminidiagnostica.it www.geminidiagnostica.it



# quella magia del Natale . . .

dott.ssa Mariantonietta Cerquetella

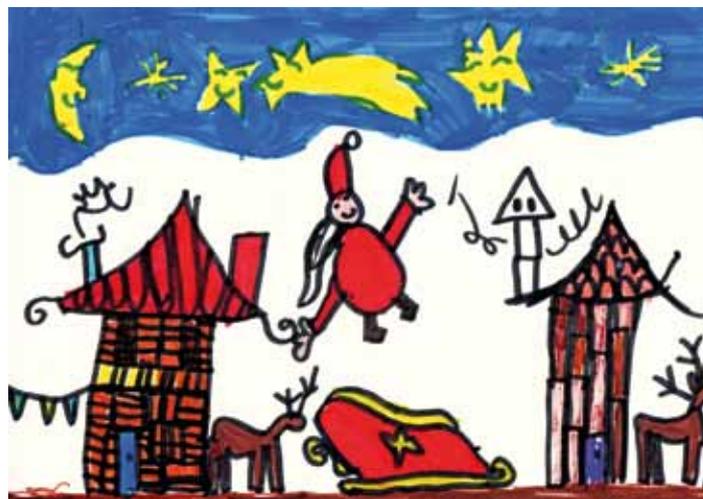
**D**a sempre momenti di profondo significato personale, in cui si è all'origine di una ricorrenza speciale sono preziosi, perché trasmettono valore, gioia e speranza per il futuro. Ancora oggi le nostre principali festività, religiose e civili, celebrano una nascita, un inizio (di una nuova vita; di una Nazione; di una nuova epoca...) e tale significato rimane dentro di noi, a partire dall'infanzia.

I bambini hanno bisogno di esperienze a loro dedicate come i compleanni o le cerimonie religiose o il Natale. In queste occasioni essi sono al centro dell'attenzione dei loro cari, e vivono dei piccoli riti (come ricevere un regalino o mangiare qualcosa di particolare) che ripetendosi ogni anno regolarmente gli danno la certezza che la sua importanza non viene meno.

È curiosità di tutti i bambini sapere che effetto abbia fatto la loro nascita ai genitori. Le feste che celebrano la natività hanno un **effetto rassicurante**, dicono alla mente del bambino che la sua venuta al mondo è stata un evento felice e desiderato dai suoi genitori e dal mondo intero.

E lo stesso messaggio lo trasmette il Natale.

La gioia con cui venne accolto Gesù nel mondo, la felicità



dei suoi genitori, ma anche dei pastori e persino dei Magi (che non lo conoscevano) viene recepita dal bambino, a livello inconscio, come segno che anche la sua nascita è stata attesa e vissuta con gioia.

Il modo in cui le feste vengono celebrate durante l'infanzia si inserisce nella nostra esperienza inconscia del mondo, i sentimenti vissuti in quei giorni vengono interiorizzati, entrano a far parte del nostro mondo interiore e porteranno sostegno psichico nella vita adulta.

Le feste familiari costituiscono una delle esperienze rassicuranti che il bambino può sperimentare. A livello simbolico esse rappresentano il sentirsi parte di un gruppo più ampio. Vedere i familiari riuniti rassicura il bambino rispetto alle sue **angoscie profonde**: la paura dell'abbandono e della morte. Vivere con la famiglia allargata le festività, preparando insieme a nonni, zii, cugini riti e mo-

menti comunitari (allestire il presepe, l'albero di Natale, o cucinare un piatto speciale...) rassicurano il bambino sul fatto di potersi affidare non solo ai suoi genitori, ma anche ad altre persone care. A livello inconscio rispondono al suo bisogno di appartenenza ad un gruppo.

Nel tempo il modo di celebrare le festività è cambiato, ma rimane sempre il ricorso a gesti rituali e tangibili per trasmettere il significato originario della festa.

Ad esempio i bambini spesso rappresentano concreta-

mente il Natale disegnando Babbo Natale o il Presepe, e si aspettano un dono. Hanno bisogno di immagini concrete e di esperienze per costruirsi nel tempo i concetti astratti e i valori insiti nelle feste, come ad esempio lo spirito del donare. La fede nella dimensione magica viene meno gradualmente, in modo naturale, con l'ampliarsi dell'esperienza nella realtà. Come genitori per aiutare i figli a formarsi una sana visione della realtà e ad acquisire le capacità di farvi fronte, è importante permettere loro di credere nella fantasia per il tempo necessario, e dare realtà alla fantasia nei momenti più significativi.

La magia del Natale è il suo potere di dare sicurezza per tutto l'anno, quando più se ne ha bisogno. I bambini lo sanno e ricevono sostegno emotivo dal ricordo e dall'attesa di queste celebrazioni. 



**Consulenza Psicologica**

**Dott.ssa Mariantonietta Cerquetella**

*Psicologa dell'età evolutiva - Psicoterapeuta Relazionale*

Riceve presso:

Poliambulatorio FISIOMED a Sforzacosta (MC)

Centro Medico PAIDOS via Tiziano Montecosaro Scalo (MC)

Chiamare per appuntamento al **340.5080179**

# acido ialuronico

dott. prof. Angelo Goglia

**L'**acido ialuronico è un componente fondamentale del nostro corpo. L'Uomo lo produce in maniera soddisfacente e di buona qualità sino a 30 anni circa, questo sempre se non intervengono fattori che ne determinano anticipatamente la scarsa produzione e la scarsa qualità. Si tenga presente che **l'Acido Ialuronico è nel Corpo Umano** in forma empirica, questo significa che il non averlo in quantità e qualità soddisfacente può a lungo andare causare diverse ed ignote patologie. **L'Acido Ialuronico "Hyaluwell" si colloca oggi in un nuovo contesto di prescrizioni Mediche.**

**A riguardo l'articolo "Salute" del Resto Del Carlino del 4 ottobre 2015** dimostra che l'acido ialuronico secondo il Mondo Scientifico va inteso come una medicina meno invasiva, più mirata al rispetto delle cure al paziente, innovativa nelle dinamiche dei nuovi studi ed ha una sua estrema valenza oltre che come cura deve essere inteso soprattutto come prevenzione.

Conferisce ai vari organi interessati quelle sue particolari proprietà di resistenza e mantenimento della forma. Una sua mancanza determina un indebolimento fisico promuovendo il disagio al dolore e all'infiammazione.

**Un "Tampone per le cellule" dall'articolo "Salute" del Resto Del Carlino del 4 ottobre 2015**

L'Acido Ialuronico è una molecola scoperta nel 1934. Il suo nome viene dal greco Hyalos, che in greco antico significa vitreo, e da Acido Uronico, uno dei suoi componenti. Nell'uomo è prodotto naturalmente da diverse cellule, sia delle articolazioni che non, quindi è del tutto naturale. Sulla cartilagine delle articolazioni agisce come una sorta di tampone che protegge le cellule articolari: quindi contribuisce a ridurre il dolore, mantiene elastica la cartilagine, consente di assorbire senza danni gli stress come ad esempio i traumi. La scelta dell'acido ialuronico da iniettare in caso di artrosi va sempre indicata dal medico, in base alle condizioni del malato e sulla scorta delle condizioni dell'articolazione questa può infatti essere più danneggiata dalla malattia degenerativa oppure necessitare soprattutto di un'azione lubrificante. In generale quello con peso molecolare più alto si usa quando l'articolazione è più danneggiata, quello con peso minore svolge soprattutto un'elevata azione lubrificante.

**L'acido ialuronico si trova:**

- nell'umor vitreo dell'occhio;

- nel liquido sinoviale;
- nella pelle;
- nella cartilagine;
- nei tendini;
- nel cordone ombelicale;
- nelle pareti dell'aorta.

**Nella matrice amorfa di un tessuto connettivo l'Acido Ialuronico** (unico glicosaminoglicano ad essere presente nella matrice come tale, ovvero non legato ad un seme proteico per formare necessariamente un proteoglicano) si occupa di mantenerne il grado di idratazione, turgidità, plasticità e viscosità, poiché si dispone nello spazio in una conformazione aggregata incamerando così un notevole numero di molecole d'acqua. È anche in grado di agire come sostanza cementante e come molecola antiurto nonché come efficiente lubrificante (es. nel liquido sinoviale) prevenendo il danneggiamento delle cellule del tessuto da stress fisici.

L'estrema lunghezza della molecola insieme al suo alto grado di idratazione permette a più polimeri di acido ialuronico di organizzarsi a formare una struttura di tipo reticolare che ha due principali funzioni:

- creare un'impalcatura molecolare per mantenere la forma ed il tono del tessuto;
- funzionare come *filtro* contro la diffusione libera nel

tessuto di particolari sostanze, batteri, agenti infettanti.

## HYALUWELL ACIDO IALURONICO SPRAY SUBLINGUALE

Hyaluwell è un Acido Ialuronico alto peso molecolare al 2%. Questo prodotto è di natura al 100% vegetale e al 100% naturale, non presenta Lattosio, No Glutine, senza Parabeni, quindi indicato per Celiaci e Diabetici. Si presenta al fresco sapore di mentolo naturale. Tutto ciò lo rende un prodotto Innovativo e di facile assunzione tutto in estrema purezza. Il prodotto ha l'Autorizzazione Ministero Salute cod. MinSan 68063/LTZ con una pratica confezione da 30 ml spray, senza alcuna controindicazione o effetti collaterali. Ideato, sviluppato e prodotto in Italia superando analisi da ALA Italia come purezza dei propri ingredienti e privo di tracce e contaminazioni di lattosio, glutine e rigorosamente No OGM. 

Brevetti IT ed EU 2013/2014  
Hyaluwell ha ricevuto riconoscimenti  
Bruxelles 2014  
EuropaBios' 2014  
Marche Eccellenti Regione Marche 2011 e 2014  
Strutture Sanitarie Centri Medici Polispecialistici  
Premio Valore Lavoro 2013 e 2014 Ancona Marche  
Ricerca e Nanotecnologie,  
Farmaceutici San Luigi Gonzaga srl  
Via Olimpica 7 Castorano AP 63081  
N.Verde 800 662 451  
Mail info@sanluigigonzaga.eu  
www.sanluigigonzaga.eu  
www.hyaluwell.com

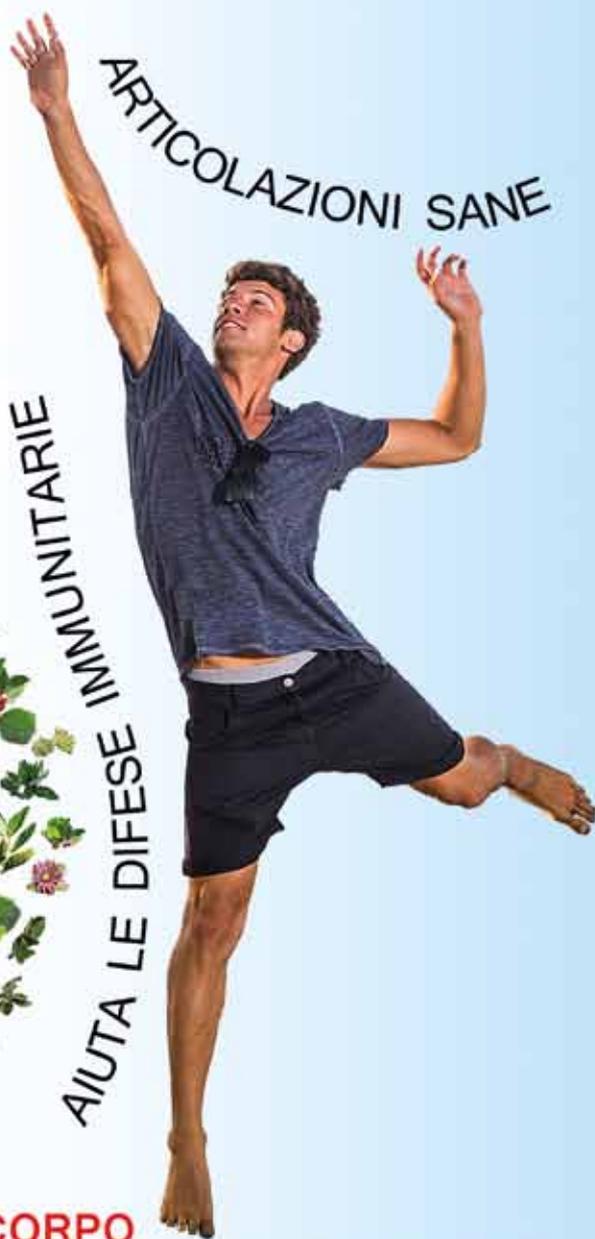
L'ACIDO IALURONICO AD ALTO PESO MOLECOLARE



# Hyalu Well®

SPRAY SUBLINGUALE

BENESSERE SALUTE E BELLEZZA



AIUTA LE DIFESE IMMUNITARIE

ARTICOLAZIONI SANE

## NOVITA' ASSOLUTA PER IL TUO CORPO



- FORMULA POTENZIATA AL 2% ESTREMAMENTE CONCENTRATA SENZA PARABENI
- NO FONTI ANIMALI, NO GLUTINE, NO LATTOSIO
- COMPATIBILE CON DIETE VEGETARIANE, VEGAN E CURE OMEOPATICHE
- ADATTO A DIABETICI E CELIACI



**San Luigi Gonzaga®**  
Professionalità & Tecnologia  
staff for business results

Numero Verde

800 662 451

# stili alimentari - 2 - alimentazione vegana in pratica

dott.ssa Simonetta Zazzarini

**S**e partiamo dalla prima colazione. I biscotti devono essere rigorosamente senza latte, burro, uova e miele. Siete appassionati di pane, burro e marmellata? Potete usare il burro di soia o di margarina vegetale. Se preferite una colazione "salata" è possibile scegliere tra cracker o fette biscottate guarniti da paté vegetali, panini o tramezzini con la maionese vegetale e verdure, o con affettati vegetali, focacce farcite e non, tranci di pizza. Autorizzata la frutta fresca o secca (noci, mandorle, pinoli, nocciole, noci brasiliane). A pranzo è possibile scegliere un piatto di pasta o di riso o di altro cereale in chicco, con un sugo vegetale arricchito da una razione di legumi. È bene aggiungere del lievito alimentare in scaglie che aggiunge sapore agli alimenti. Fondamentali, anche

per il potere saziante, sono le insalate con verdure fresche e l'aggiunta di tofu a dadini (o sbriciolato), noci, gomasio, semi di girasole, bacche di Goji, olio d'oliva. Per la merenda del pomeriggio vengono consigliati frutta, yogurt di soia, biscotti, o un panino, magari col burro d'arachidi, o la crema di nocciole o di mandorle.

Il "secondo" vegano può essere rappresentato da tofu, seitan, "bistecche" o "spezzatino" di soia, alghe, oppure da "variazioni sul tema": affettati, hamburger, wurstel o altri alimenti a base di cereali o soia o altri legumi.

Una "pasta alla carbonara" può essere preparata sostituendo l'uovo con del tofu bianco e la pancetta con cubetti di seitan, colorandola di giallo con del curry o zafferano. Lo "spezzatino di carne" o il ragù possono essere reallizzati sostituendo la carne



con spezzatino di seitan o con polpette o granulato di soia.

## Alghe

Le alghe sono ricche in iodio e sono un cibo tradizionale nei paesi orientali. Possono essere aggiunte in pezzi alle zuppe di legumi, per rendere gli stessi più digeribili, oppure possono essere usate come parte del ripieno in torte salate, grattugiate a piccoli pezzi sulle insalate, in condimenti per la pasta.

## Proteine di soia

Si presentano in forma di "bistecche" o "spezzatino" di soia disidratata, e vanno fatte rinvenire nel brodo vegetale per qualche minuto prima della cottura. Terminata questa operazione preliminare, possono essere cucinate proprio come il tradizionale spezzatino, o come scaloppine in padella, ma non avendo un sapore proprio, si impregnano del sugo di cottura. Sono molto ricche di proteine, ma non contengono altri



*Alimentazione consapevole*

**Dott.ssa Simonetta Zazzarini**  
**DIETISTA**

**Riceve su appuntamento**

Studio Vetus - Castelfidardo

**info 339 - 2929027**

[zazzarini.dietista@libero.it](mailto:zazzarini.dietista@libero.it)

nutrienti, per cui è meglio non abusarne, e accompagnarle sempre con verdure.

### **Tofu**

È una sorta di "formaggio" preparato col latte di soia. In realtà, anche se viene detto "formaggio di soia" non ha niente a che vedere con i latticini, anche nel sapore. Ne esistono moltissime varietà, con sapori molto diversi tra loro.

Le versioni aromatizzate (per esempio affumicato, alle erbe, etc.) possono risultare gustose mentre la versione bianca al naturale (che è anche quella più a buon mercato) non è adatta ad essere consumata da sola ma deve essere impiegata in torte salate, stufati, o sformati, ma anche nei panini assieme a verdure, maionese vegan o altro, perché assume il gusto degli altri ingredienti della pietanza. Anche il tofu è un alimento ricco di proteine.

### **Seitan**

È un alimento iperproteico a base di glutine di frumento. Viene venduto in vari forma-

ti: affettato per panini (aromatizzato con vari sapori), affumicato, a fette da mettere in padella. Al contrario del tofu, può essere consumato al naturale. Il suo aspetto ben si presta a creare delle "imitazioni" della carne, quindi lo troviamo in forma di würstel, di arrosto, di mortadella, etc., ma, proprio perché a volte il suo sapore è così simile alla carne (specie nei wurstel), non sempre è gradito ai vegetariani e vegani in queste sue forme.

### **Hummus**

È una salsa a base di ceci e pasta di semi di sesamo aromatizzata con olio di oliva, aglio, succo di limone, paprica, semi di cumino in polvere e prezzemolo finemente tritato. Viene solitamente consumato insieme a focacce o come salsa per verdure crude.

### **Gomasio**

È un condimento composto da sale marino e semi di sesamo tostati e tritati, a volte arricchito con alghe. È utilizzato come condimento per

insalate o salse.

In conclusione, sarebbe auspicabile rimanere onnivori, meglio se "selettivi" nei confronti dei numerosissimi prodotti dell'industria (spesso praticamente non utili), piuttosto che essere attratti da mode, convincimenti o filosofie che mostrano chiaramente origini e cause personali, spesso non alimentari. Per evitare di complicarsi la vita è sufficiente adottare l'alimentazione mediterranea tradizionale, caratterizzata da un modello nutrizionale rimasto costante nel tempo e nello spazio, costituito principalmente da olio di oliva, cereali, frutta fresca o secca, verdure, moderate quantità di proteine animali (pesce, latticini, carne) e vegetali (legumi).

Non è un caso che dal 2010 l'Unesco ha iscritto la **Dieta Mediterranea** nella lista rappresentativa del **patrimonio culturale immateriale** dell'Umanità. Questo consente di accreditare quel meraviglioso e salutare esempio naturale e culturale che è lo stile di

vita mediterraneo come eccellenza mondiale.

Il termine "Dieta" si riferisce all'etimo greco "stile di vita", cioè all'insieme delle pratiche, delle rappresentazioni, delle espressioni, delle conoscenze, delle abilità e degli spazi culturali che le popolazioni del Mediterraneo hanno creato nel corso dei secoli. La dieta mediterranea è inoltre un regime alimentare che riduce notevolmente i rischi di obesità, aterosclerosi, diabete, ipertensione, malattie digestive. Rivalutare le sane e più tipiche abitudini alimentari italiane, oggi in gran parte abbandonate perché considerate espressione di "vita povera": questa potrebbe essere la nuova e più salutare "rivoluzione alimentare".

**Messaggio finale: una dieta vegan o macrobiotica molto rigorosa, specialmente se combinata con un consumo rigido di soli cibi naturali e biologici, può avere gravi effetti secondari e dev'essere scoraggiata durante tutta l'età evolutiva.** 



**biogreen**  
negozi biologico

[biogreen.bastarelli@tiscali.it](mailto:biogreen.bastarelli@tiscali.it)

Via Salvo d'Acquisto, 22/A  
63900 FERMO  
Tel/fax 0734 610938

Via Fratelli Rosselli, 168  
63822 Porto San Giorgio (FM)  
Tel/fax 0734 671411

# PRIVAT**A**SSISTENZA<sup>®</sup>

La prima rete nazionale di assistenza domiciliare

**24**  
ORE  
SU 24

**365**  
GIORNI  
ANNO

PRIVAT**A**SSISTENZA

# ASSISTENZA DOMICILIARE

ANZIANI, MALATI E DISABILI



**MACERATA**

REPERIBILITÀ TELEFONICA H24 - 365 GG

**0733 233300**

**CIVITANOVA MARCHE**

REPERIBILITÀ TELEFONICA H24 - 365 GG

**0733 770048**

**FERMO**

REPERIBILITÀ TELEFONICA H24 - 365 GG

**0734 620135**

**Operiamo su tutti i comuni della zona**

# ARSENICO

È un metalloide presente nell'ambiente in forma organica e inorganica. Il gruppo di alimenti maggiormente esposti all'arsenico inorganico sono i cereali, soprattutto il riso e i prodotti a base di cereali. Lo troviamo nell'acqua in bottiglia, nel pesce, nelle verdure e nel latte in polvere.



Dott. Gerardo Rossi laureato in medicina e chirurgia, specialista in ortopedia, ricercatore indipendente e il direttore scientifico del centro studi Mineral Test da lui fondato nel 2000. Attualmente è impegnato su numerose ricerche ambientali attraverso il biomonitoraggio dei metalli tossici nelle popolazioni.

## Origine-Sorgenti

L'arsenico è principalmente trasportato nell'ambiente dall'acqua. Alcuni organismi marini hanno mostrato di trasformare arsenico inorganico in composti organici più complessi, come arsenobetaina, arsenocolina e arseniofosfolipidi. In ambienti ossigenati l'arsenico inorganico è presente nella forma pentavalente. In condizioni riducenti, si trova nella forma

trivalente. Ci sono ampie evidenze di biometilazione nel suolo e di rilascio di metilarsina nell'aria. Comunque l'arsenico trasportato in aria è principalmente inorganico.

Le concentrazioni di arsenico in terreni incontaminati sono generalmente nel range di 0.2-40 mg/Kg. Nel passato venivano impiegati numerosi pesticidi arsenicali e come risultato le concentrazioni di arsenico nei terreni di frut-

teti erano comprese tra 200 e 2500 mg/Kg.

L'arsenico è rilasciato nell'atmosfera sia da sorgenti naturali che antropiche. La principale sorgente naturale è l'attività vulcanica. Le emissioni antropiche di arsenico in aria riguardano la fusione di metalli, la combustione di carburanti e l'uso di pesticidi.

Le immissioni globali naturali sono state stimate intorno alle 7900 tonnellate all'anno, mentre quelle antropogeniche sono circa tre volte tanto, cioè 23600 tonnellate all'anno.

## Aria

L'arsenico in aria è presente principalmente sotto forma di arsenico inorganico e la forma pentavalente è quella predominante, mentre l'arsenico metilato è supposto essere il minor componente nell'aria delle aree industriali, urbane e suburbane.

I composti di arsenico particolato possono essere inalati, depositati nel tratto respiratorio e assorbiti nel sangue. L'inalazione di arsenico dall'ambiente aereo è solitamente una sorgente di esposizione minore.

Il fumo di tabacco può contenere ar-



senico, soprattutto quando le piante di tabacco sono state trattate con insetticidi a base di arseniato di piombo. Sebbene l'uso di pesticidi con arsenico sia ora proibito in molti paesi, il contenuto naturale di arsenico nel tabacco può ancora risultare in molte esposizioni. È stimato che il contenuto di arsenico nel fumo di molte sigarette comuni sia nel range di 40-120 ng per sigaretta.

### Acqua

Le sorgenti più comuni di acqua potabile generalmente contengono arsenico a concentrazioni inferiori ai 10 microgrammi/litro. Le concentrazioni nelle falde freatiche dipendono dal contenuto di arsenico nel letto di roccia su cui scorre l'acqua della falda.

### Cibo

con l'eccezione di alcuni tipi di organismi marini, la maggior parte dei cibi contiene bassi livelli di arsenico, solitamente inferiori a 0.25 mg/Kg. Gli organismi marini possono contenere grandi quantità di organo arsenicali (es. arsenobetaina). Questi derivati dell'arsenico non sono acutamente tossici a causa della loro bassa reattività biologica e della loro rapida escrezione nelle urine. Le concentrazioni negli organismi marini ammontano a 2.4-16.7 mg/Kg nei pesci, 3.5 mg/Kg nei molluschi e più di 100 mg/Kg in alcuni crostacei.

I giapponesi, che consumano più organismi marini hanno concentrazioni di arsenico molto maggiori rispetto agli abitanti di Europa e Stati Uniti.

### Descrizione patologia

Nell'esposizione sul lavoro, l'arsenico è assorbito principalmente attraverso i polmoni. Ci sono 3 gruppi nella popolazione ad alto rischio di esposizione: i lavoratori esposti sul luogo di lavoro, le persone che bevono acqua con alte concentrazioni di arsenico e i bambini che vivono vicino alle industrie metallurgiche del rame (copper smelters). I dati sull'uomo e sugli animali indicano che oltre il 90 % della dose ingerita di arsenico inorganico pentavalente o trivalente dissolto è assorbito dal tratto intestinale. I composti di arsenico organico presente in organismi marini sono facilmente assorbiti (75-85%). Il sangue è il principale veicolo per il trasporto di arsenico. I muscoli, le ossa, i reni ed i polmoni accumulano in assoluto la maggiore quantità di arsenico, ma la pelle e gli organi di escrezione/accumulo, come le unghie ed i capelli hanno le più grandi concentrazioni. Nell'uomo sembra verificarsi il passaggio di arsenico dalla placenta al feto

Le specie metilate (MMA e DMA) sono considerate meno tossiche e si legano meno ai tessuti e sono eliminate più facilmente delle forme non metilate. Il coniglio sembra la specie più simile

all'uomo per quello che riguarda la metilazione di arsenico. È assunto che la metilazione è il meccanismo di detossificazione per l'arsenico inorganico ed è stato suggerito che quando l'assorbimento eccede un certo valore, il meccanismo di metilazione si satura e l'efficienza diminuisce come aumenta l'esposizione, ma in realtà, in media il 20-25 % di arsenico inorganico resta non metilato indipendentemente dai livelli di esposizione. In seguito ad esposizione ad arsenico inorganico, le specie di arsenico escrete con le urine sono arsenico inorganico, MMA e DMA.

### Conseguenze

Non ci sono consistenti dimostrazioni di carcinogenicità nei test animali per varie forme chimiche di arsenico. Ci sono alcuni dati che indicano che l'arsenico può produrre tumori in animali se il tempo di ritenzione nel polmone aumenta.

L'arsenico induce cambiamenti nei cromatidi fratelli nelle cellule di mammiferi in vitro. L'arsenico trivalente è approssimativamente un ordine di magnitudine più potente che l'arsenico pentavalente. L'arsenito di sodio causa un leggero incremento nelle aberrazioni cromosomiali nelle cellule del tessuto osseo di topi in vivo.

Numerosi studi hanno suggerito che l'arsenico inorganico colpisce i meccanismi di riparazione del DNA ed agi-





sce come co-mutageno nei sistemi di test batterici inibendo la riparazione del danno al DNA causato da un altro agente.

A livelli di esposizione relativamente alti, l'arsenico è teratogeno in alcune specie animali tra cui il criceto, il ratto ed il topo.

Il quadro clinico di intossicazione cronica da arsenico varia grandemente. È usualmente dominato da alterazioni della pelle e delle mucose, da lesioni neurologiche, vascolari e anomalie ematologiche. Può anche presentarsi il coinvolgimento del tratto intestinale, aumento della salivazione, dispepsia, crampi addominali e perdita di peso. Frequenti anche casi di diminuita attività sessuale in persone con esposizione cronica ad arsenico. Esposizione cronica alla polvere di arsenico causa decremento nella velocità di conduzione dei nervi periferici.

La pelle è l'organo critico in persone esposte a composti arsenicali inorganici. I sintomi più comunemente osservati nelle esposizioni croniche riguardano eczemi di diversa gravità, ipercheratosi, verruche e melanosì della pelle.

Aumentata mortalità da malattie cardiovascolari è stata osservata in lavoratori esposti ad alti livelli di arsenico aereo. L'arsenico inorganico ha effetto inibitorio sull'ematopoiesi, facendo insorgere anemia, più comunemente di tipo ipoplastico. In casi di avvelenamento da arsenico, possono svilupparsi agranulocitosi o trombopenia.

Ci sono sufficienti evidenze che nell'uomo i composti di arsenico inorganico sono cancerogeni per pelle e polmoni.

**Fonte: OMS**

ANALISI MINERALE				Nome				
TISSUTALE				Età		43		
				Codice Cliente				
				Data accettazione		28/5/2015		
				Data consegna		29/5/2015		
				Peso campione		0,3326		
				N° campione				
	MINERALE	Valore Trovato	Intervallo Ideale	Carenza assoluta	Carenza	Ideale	Eccesso	Eccesso assoluto
MINERALI INTRACELLULARI ED ELEMENTI TRACCIA	Calcio (Ca)	73,6740	40,0000 - 80,0000	*****				
	Magnesio (Mg)	4,4261	6,0000 - 10,0000	*****				
	Sodio (Na)	20,0027	5,0000 - 25,0000	*****				
	Potassio (K)	7,9228	3,0000 - 16,0000	*****				
	Rame (Cu)	1,7443	1,2000 - 3,0000	*****				
	Zinco (Zn)	17,4573	14,0000 - 22,0000	*****				
	Ferro (Fe)	1,0565	1,5000 - 4,0000	*****				
	Fosforo (P)	12,9846	12,0000 - 18,0000	*****				
	Selenio (Se)	0,0964	0,1000 - 0,2000	*****				
	Bismuto (Bi)	0,0199	0,0010 - 0,0200	*****				
	Manganese (Mn)	0,0084	0,0200 - 0,0700	*****				
	Cromo (Cr)	0,0062	0,0200 - 0,0600	*****				
	Cobalto (Co)	0,0012	0,0010 - 0,0400	*****				
	Molibdeno (Mo)	0,0082	0,0030 - 0,1000	*****				
ALTRI ELEMENTI E METALLI TOSSICI	Germanio (Ge)	0,0185	0,0010 - 0,0500	*****				
	Rubidio (Rb)	0,0112	0,0010 - 0,0200	*****				
	Zolfo (S)	3391,1000	1850 - 5150	*****				
	Vanadio (V)	0,0002	0,0020 - 0,0100	*****				
	Antimonio (Sb)	0,0049	0,0010 - 0,0100	*****				
	Bario (Ba)	0,0941	0,0200 - 0,2000	*****				
	Oro (Au)	0,0094	0,0010 - 0,0100	*****				
	Litio (Li)	0,0014	0,0010 - 0,0060	*****				
	Nichel (Ni)	0,0128	0,0200 - 0,0600	*****				
	Platino (Pt)	0,0031	0,0010 - 0,0100	*****				
	Argento (Ag)	0,0563	0,0020 - 0,0250	*****				
	Stronzio (Sr)	0,1207	0,0400 - 0,8000	*****				
	Stagno (Sn)	0,0189	0,0600 - 0,1800	*****				
	Titanio (Ti)	0,1911	0,0200 - 0,2000	*****				
Tungsteno (W)	0,0239	0,0020 - 0,2000	*****					
Zirconio (Zr)	0,0068	0,0010 - 0,0300	*****					
Mercurio (Hg)	0,0378	< 0,0100	*****					
Cadmio (Cd)	0,0006	< 0,0200	*****					
Piombo (Pb)	0,0794	< 0,0500	*****					
Berillio (Be)	0,0004	< 0,0020	*****					
Alluminio (Al)	0,2915	< 0,5000	*****					
Arsenico (As)	0,0090	< 0,0200	*****					
Uranio (U)	0,0122	< 0,0050	*****					
Palladio (Pd)	0,0077	< 0,0030	*****					
Rodio (Rh)	0,0079	< 0,0010	*****					
Gadolinio (Gd)	0,0001	< 0,0100	*****					

I risultati sono espressi in mg/100g

Gli intervalli ideali sono stati elaborati dal Centro Studi Mineral Test secondo i dati raccolti sulla popolazione europea adulta.

**Analisi con consulenza medica**

La presente copia non può essere riprodotta parzialmente, salvo approvazione scritta della Mineral Test!.

Mineral Test S.r.l.

Via L. Einaudi, 176 - 62012 Civitanova Marche (MC)  
Tel. 0733.817163 - Fax 0733.1996114 - Cell. 348.2214925  
www.mineraltest.it info@mineraltest.it



**mineral** **TEST**<sup>®</sup>  
ANALISI MINERALE TISSUTALE

# La salute dai minerali

## Le Analisi della Mineral Test

La **Mineral Test** si avvale dell'*Analisi Minerale Tissutale*, interpretata in modo innovativo e originale, per la prevenzione delle malattie e il miglioramento della qualità di vita, utilizzando esclusivamente applicazioni e metodiche medico-scientifiche.



**ANALISI OLIGOELEMENTI E RIEQUILIBRI ECODIETETICI**

LA NUOVA FRONTIERA DELLA PREVENZIONE.



# artisan tea - un gioiello dallo Yunnan

L'Artisan tea, conosciuto anche come il tè che fiorisce o tè artistico, è uno dei tè più attraenti. Le giovani foglie di tè, scelte con cura e raccolte a mano, vengono lavorate in diverse forme (fragola, cuore, fuso, cappello etc.). All'interno si trova un piccolo fiore che viene svelato versando sopra dell'acqua calda. Per la produzione dei tè Artisan vengono scelti dei fiori a seconda dei loro colori e delle loro forme. Il fiore messo insieme al tè ne influenza l'aspetto, l'aroma ed anche il sapore. Gli esperti si dedicano alla lavorazione di questo tè ad un livello davvero artistico. La produzione a mano è prece-

positivo sull'organismo, si associano alla parola salute. La gioia che si prova quando le foglioline di tè, bagnate con d'acqua calda si aprono e la scoperta del loro interno fiorito e colorato, accompagnato dagli aromi ed alle fragranze che si sprigionano, inducono a pensare alla parola moda con i suoi colori e le sue fantastiche variazioni.

L'Artisan Tea dona piacere oltre che ai nostri occhi anche alle nostre papille. Oltre al consumo quotidiano, questo prodotto è ideale anche per chi desidera fare un regalo particolare e raffinato.

#### Lavorato a mano

Le gemme di tè vengono raccolte ancora giovani nel periodo iniziale della primavera, prima che si schiudano. Le foglie raccolte si lasciano leggermente appassire, poi finita la loro essiccazione vengono successivamente trattate con del vapore. Questo procedimento le rende morbide

da poter essere arrotolate a mano. Vengono poi classificate e si scelgono solo le foglie intere e di qualità superiore. Dopo questa selezione sono pronte per la lavorazione. I fiori che verranno inseriti nelle foglie di tè vengono anch'essi raccolti giovani e freschi. Vengono selezionati e si scelgono esclusivamente quelli della forma perfetta. Artisti del tè dalle eccezionali abilità lavorano poi le foglie del tè assieme ai fiori. Per alcune varianti vengono fatte delle infusioni con fiori di gelsomino anche per alcune ore allo scopo di poter ottenere un profumo ancora più forte. Dopo essere state nuovamente riessiccate aspetteranno pazienti il loro momento magico, quando sveleranno il loro fragrante e colorato contenuto che apparirà nella teiera.

#### Come prepararsi Artisan Tea?

La temperatura dell'acqua deve essere, a seconda del tipo



di 80-100° C.

Quantità d'acqua: 300 ml per una porzione di Artisan Tea (una pallina).

Numero di infusioni: 2-3 secondo il tipo. Mettere una pallina nella teiera, Vi consigliamo l'uso di una teiera preferibilmente di vetro in quanto permetterà di godere al massimo l'effetto visivo. Versare sopra l'acqua alla temperatura consigliata, e dopo 3-5 minuti sarà possibile vedere il fiore nel suo massimo splendore.

Qui le foglie lunghe, pian piano, si aprono e svelano il meraviglioso fiore. Per ottenere un'altra tazza di tè basterà aggiungere ancora dell'acqua nella teiera e lasciare in infusione per 1-3 minuti. 



*Negozio specializzato nella vendita di*

**Tè - Tisane  
Caffè sfusi provenienti  
da tutto il mondo**



Via Natali 35 Sforzacosta di Macerata

Tel. 380.3508516

[www.artep.te.it](http://www.artep.te.it)



# mammografia 3D con tomosintesi

**G**li anni passano e la tecnologia rivoluziona non solo la nostra quotidianità ma anche gli strumenti e le tecniche diagnostiche.

Questo nuovo esame semplicemente "vede" in maniera più chiara, nitida e accurata il seno risultando contemporaneamente meno doloroso poiché riduce al minimo la compressione (solo su 4 punti e non su tutta la mammella) quando basta per stendere il tessuto mammario.

Si tratta in pratica di una mammografia tridimensionale ad alta definizione. È un passo avanti importante per la tecnologia più avanzata della prevenzione del cancro al seno. Un ulteriore aiuto di grande interesse per la diagnosi precoce della patologia della mammella.

La Tomosintesi permette di ricostruire immagini 3D della ghiandola a partire da un insieme di proiezioni acquisite sotto diversi angoli (da 11 a 40°).

La mammella viene studiata in strati o sezioni di 1mm con evidenza di lesioni minime coperte nella mammografia 2D standard dalla sovrapposizione di altre strutture.

La Tomosintesi è un esame veloce con una dose totale di radiazioni equivalente a quella della mammografia digitale tradizionale.

## LE PRINCIPALI INDICAZIONI DELLA TOMOSINTESI SONO:

- le mammelle dense difficil-

mente esplorabili con mammografia standard (in questi seni la tomo, eliminando le sovrapposizioni, ha individuato il doppio dei tumori)

- le mammelle operate
- tumori multicentrici
- microcalcificazioni con ottimale analisi morfologica

## ALCUNI NUMERI

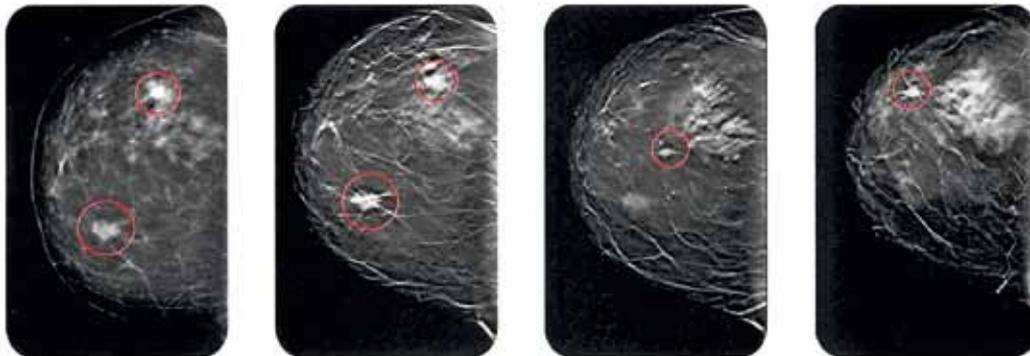
(University of Pennsylvania's Perelman School)

Lo studio americano ha permesso di concludere che la nuova metodica mammografica è più efficace nel diagnosticare lesioni al seno rispetto alla tradizionale:

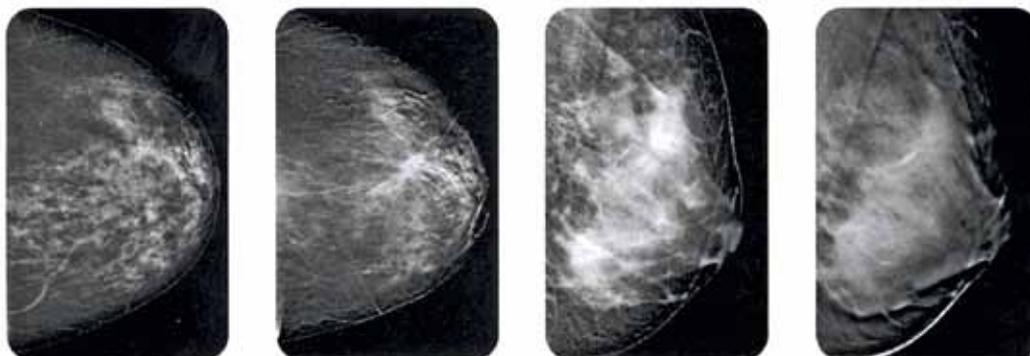
**41% in più di tumori al seno invasivi localizzati**

**15% in meno di richiami per indagini diagnostiche aggiuntive a causa di probabili falsi negativi**

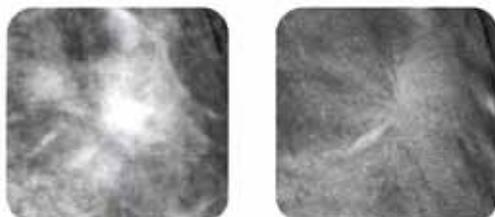
**29% in più di 'veri' carcinomi mammari riscontrati**



La Mammografia Digitale (prima immagine a sinistra) mostra due lesioni focali. Alla Tomosintesi si rendono apprezzabili due ulteriori aree focali patologiche, con completa dimostrazione del carattere multicentrico della patologia neoplastica.



La distorsione parenchimale evidenziata dalla Mammografia Digitale al quadrante supero esterno mostra in Tomosintesi una maggiore evidenza delle proprie spicule, con migliore definizione della estensione della lesione.



Il miglioramento nella rilevazione e determinazione della morfologia delle distorsioni è in particolare di interesse per le mammelle ad alta densità radiologica.

## PRECISIONE, ACCURATEZZA, SERENITÀ

La Tomosintesi:

- migliora la diagnosi differenziale tra le lesioni benigne e maligne.
- ottimizza le distorsioni parenchimali e le lesioni tenuemente radiopache
- riduce la percentuale di falsi positivi e negativi e quindi dei RICHIAMI, per

cui se ne auspica l'utilizzo nei programmi di screening.

Per sconfiggere il cancro al seno, la prevenzione resta l'arma fondamentale. In tal senso, l'adozione della tomosintesi mammaria, la tecnologia all'avanguardia utilizzata per prevenzione senologica è fondamentale per tutte le donne.

"È il più emozionante miglioramento alla mammografia che ho visto nella mia carriera, ancora più importante della conversione da pellicola a schermo mammografia alla mammografia digitale," ha detto l'autore senior Emily F. Conant, MD, capo della Breast Imaging dipartimento di Radiologia presso la Scuola Perelman di Medicina presso l'Università della Pennsylvania.

Nello studio retrospettivo, i ricercatori hanno esaminato 281.187 esami di mammografia digitale e 173.663 esami sia con tomosintesi e mammografia digitale tra il 2010 e il 2012. Il set di dati geograficamente diversificato, include donne provenienti da una vasta gamma di programmi di screening dei tumori al seno.

I ricercatori hanno trovato 41 per cento dei tumori più invasivi nelle donne esaminate con tomosintesi digitale in più rispetto alla sola mammografia digitale. L'uso di tomosintesi ha anche ridotto il numero di donne chiamate indietro per proiezioni supplementari del 15 per cento.

La Convenzionale mammografia digitale è la



modalità di screening più usata per il cancro al seno, ma può produrre risultati sospetti che risultano non essere il cancro, noto come falsi positivi. Tali accertamenti sono associati con un tasso di richiamo maggiore, o il tasso a cui le donne sono richiamati per l'imaging o biopsia supplementare che pos-

sono essere considerati inutili.

La tomosintesi, tuttavia, permette la 3-D ricostruzione del tessuto del seno, dando ai radiologi una visione più chiara delle fette sovrapposti di tessuto mammario. E anche se una tecnologia relativamente nuova, ha mostrato risultati promettenti a ridurre i tassi di richiamo in tutti i gruppi di pazienti, comprese le donne più giovani e quelli con tessuto mammario denso, e tassi di individuazione di piccoli studi. Nel 2011, tomosintesi è stato approvato dalla US Food and Drug Administration per essere utilizzato in combinazione con la mammografia digitale standard per lo screening del cancro al seno.



**MAMMOGRAFIA 3D CON TOMOSINTESI**

Per maggiori info 0733202880

Semplicemente **VEDE** in maniera più CHIARA, NITIDA e ACCURATA

ASSOCIATI FISIOMED  
FISIO MED  
A SFORZACOSTA DAL 1996



**CLINICALab**  
LABORATORIO ANALISI CHIMICO CLINICHE

ACCREDITATO S.S.N.  
Classe 5 "ECCELLENZA"

via Pablo Neruda n. 7 CIVITANOVA MARCHE  
Tel. 0733.812488 - Fax 0733.777382  
sito internet [www.clinicalab.it](http://www.clinicalab.it)  
e-mail [info@clinicalab.it](mailto:info@clinicalab.it)

**Nella nostra struttura è possibile eseguire oltre 900 esami:**

EMATOLOGIA	IMMUNOMETRIA	CITOLOGIA
COAGULAZIONE	SIEROIMMUNOLOGIA	GENETICA
CHIMICA CLINICA E TOSSICOLOGIA	ALLERGOLOGIA	BIOLOGIA MOLECOLARE
MICROBIOLOGIA	INTOLLERANZE ALIMENTARI	MEDICINA DEL LAVORO

**È POSSIBILE CONSULTARE ONLINE I PROPRI RISULTATI CON L'UTILIZZO DI  
UNA PASSWORD FORNITA DAL LABORATORIO**

**ORARIO PRELIEVI**

lunedì - sabato 7.30 - 10.30  
senza prenotazione

**ORARIO RITIRO REFERTI**

lunedì - venerdì 10.30 - 13.00  
16.00 - 18.30  
sabato 10.30 - 13.00

## Laboratorio Analisi di Citologia e Istopatologia



**IGEA MEDICA**

***Dott.ssa Perotti Simona***

Esami Citologici Cervico-vaginali (PAP-TEST) anche su strato sottile (Thin-prep)  
Esami Citologici del Sedimento Urinario anche su strato sottile  
Esami Citologici dell'Escreato, del Secreto Mammario, di Versamenti e da Agoaspirazione  
Esami Istologici di biopsie e pezzi operatori  
Cito-istopatologia Veterinaria

**Service per laboratori analisi e ambulatori veterinari  
con ritiro campioni e consegna referti**

Via F. Crispi 59 - San Benedetto del Tronto (AP)  
Tel./Fax: 0735.586150  
Email: [igeamedica@alice.it](mailto:igeamedica@alice.it)

# gli scacchi - una palestra per la mente

Alberto Gagliardi

**G**li scacchi sono un gioco da tavolo di strategia che vede opposti due avversari, detti Bianco e Nero dal colore dei pezzi che muovono.

Le origini del gioco degli scacchi non sono esattamente chiare, anche se la maggior parte crede si sia evoluto da precedenti scacchi, come partite giocate in India quasi duemila anni fa. Il gioco degli scacchi come lo conosciamo oggi è stato formulato intorno al XV secolo, dove divenne popolare in Europa.

Si giocano su una tavola quadrata detta scacchiera, composta da 64 case di due colori alternati e contrastanti, sulla quale all'inizio si trovano trentadue pezzi, sedici per ciascun colore: un re, una donna (detta anche

regina), due alfieri, due cavalli, due torri e otto pedoni; l'obiettivo del gioco è dare scacco matto, ovvero attaccare il re avversario senza che esso abbia la possibilità di sfuggire.

Il gioco degli scacchi grazie all'elevatissimo numero di combinazioni di movimenti permessi ai 32 pezzi sulle 64 case della scacchiera, viene considerato un gioco che può divenire piuttosto complesso se giocato ad alti livelli.

Gli scacchi sono uno dei giochi più popolari al mondo: possono essere giocati in casa, nei circoli dedicati, via Internet o per corrispondenza, sia a livello ricreativo sia agonistico. Gli scacchi sono anche uno sport riconosciuto dal Comitato Olimpico Internazionale e competizioni ufficiali sono organizzate sotto l'egida della FIDE

(Fédération Internationale des Échecs, it. Federazione Internazionale degli Scacchi), fondata nel 1924.

Ciascun pezzo degli scacchi si muove con precise modalità. Nessun pezzo può andare a occupare una casa in cui è presente un altro pezzo dello stesso schieramento; può invece muoversi su una casa occupata da un pezzo avversario, effettuando in tal caso una "cattura", cioè eliminando dalla scacchiera il pezzo nemico e prendendo il suo posto. Si dice che un pezzo "attacca" o "minaccia" una casa se esso può muoversi su di essa.

Il gioco degli scacchi è essenzialmente basato su tecnica, tattica e strategia di gioco.

La strategia negli scacchi riguarda una visione di più ampio respiro della posizione, stabilendo obiettivi a lungo termine e pianifican-

do il modo di ottenerli. Gli elementi da considerare in fase di riflessione sono diversi: il valore dei pezzi in gioco, il controllo del centro, la struttura pedonale, la sicurezza del re, il controllo di case o gruppi di case importanti (ad esempio alcune diagonali o le colonne aperte). Il primo passo nel valutare una posizione consiste nel calcolare la somma del valore dei pezzi in gioco per ogni schieramento. Il valore dei pezzi è però influenzato da fattori posizionali (i pedoni avanzati valgono più di quelli che si trovano ancora in posizione iniziale) e dal tipo di gioco (nelle posizioni chiuse i cavalli sono generalmente più efficaci degli alfieri, mentre nelle posizioni aperte è vero in genere il contrario).

Gli scacchi sono una equilibrata via di mezzo tra il perfezionismo e il senso pratico. Inoltre gli scacchi ti permettono di imparare a pensare con la propria testa per meglio capire dagli errori come migliorarsi partita dopo partita.

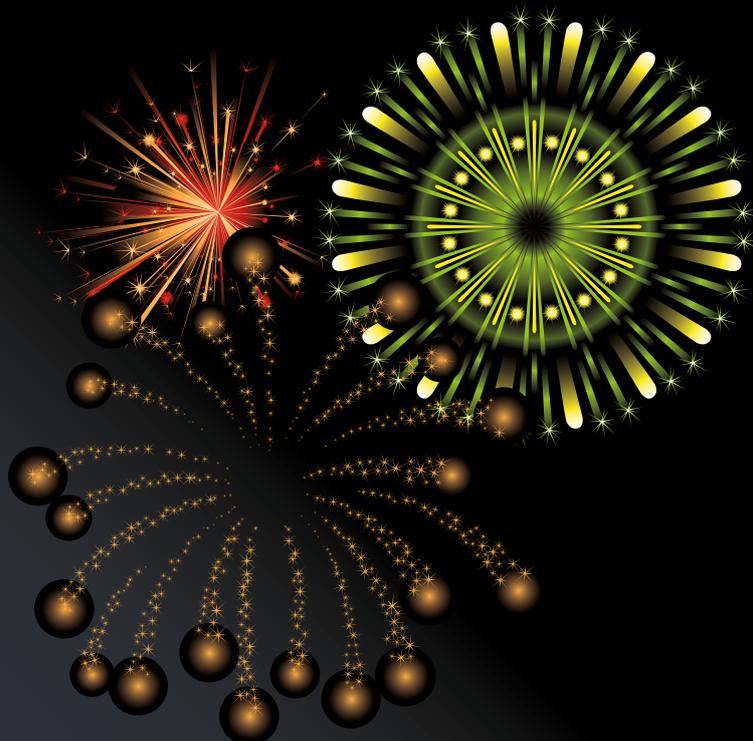
Il gioco degli scacchi è adatto a tutti ed è un grandissimo allenamento per la mente e per il rispetto delle regole fin da bambini, pertanto avvicinarsi o provare a giocare a scacchi non può far altro che bene.





# Le paure dei nostri amici

dott.ssa Federica Morici

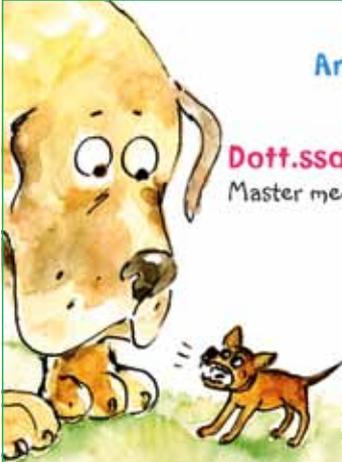


**S**i sta avvicinando l'ultimo giorno dell'anno e come sempre per i nostri amici può diventare il giorno peggiore da vivere a causa della barbara umana usanza di sparare petardi e fuochi d'artificio... Per affrontare al meglio questa serata in compagnia dei nostri amici pelosi dovremmo già iniziare fin da subito a non rinforzare la loro paura, ovvero se capita per strada o a casa che il nostro cane mostri un atteggiamento pauroso al suono di uno scoppio dovremmo cercare di sdrammatizzare, distrarre o addirittura ignorare la loro paura così da non rinforzarla e non convincerli che effettivamente c'è un grosso pericolo imminente! Come fare? Una pallina, un gioco preferito, una parola chiave detta con calma o con entusiasmo nel momento di paura potrebbe distrarre il cane dal suo sentimento e pensare che in fondo non è così terribile quello che è suc-

cesso. Questo è molto importante, anche se il più delle volte ci sentiamo portati a coccolare, accarezzare, "tranquillizzare" in senso molto umano i nostri amici, ottenendo invece l'effetto contrario. Ricordate che più che le parole i nostri amici "ascoltano" gli stati d'animo e sentire un proprietario in apprensione, in ansia, preoccupato o peggio ancora incapace di gestire una situazione peggiora la loro paura. Se il caso è proprio disperato (crisi di panico) ci sono in commercio numerose sostanze naturali efficaci per calmare l'ansia parossistica del momento, senza dover ricorrere a sedativi che invece potrebbero peggiorare l'effetto sull'animale, perché sedandolo poco e facendolo rimanere vigile potrebbe aumentare l'ansia dell'impotenza di fuggire in caso di pericolo. Stesso discorso vale per il gatto (desensibilizzarlo ai rumori forti, trattarlo con

sostanze naturali se in preda al panico) ma la raccomandazione è di tenerli in casa durante l'intera giornata dell'ultimo dell'anno senza permettere l'uscita fino al giorno dopo, in quanto il gatto da solo fuori casa se preso dal panico potrebbe anche non ritrovare subito la strada per ritornare. È ovvio che i padroni di animali vorrebbero passare la serata di festa in sua compagnia, ma (soprattutto per i cani) riflettete molto: se decidete di portarli con voi, valutate se preferite lasciarli in macchina per una mezz'ora,

sinceratevi che la macchina sia parcheggiata in un luogo isolato e nascosto, anche perché i parcheggi molto spesso sono aree di "bombardamento" molto attraenti per chi ama sparare; se li portate in un ristorante o luogo pubblico o a casa di amici assicuratevi che non possano fuggire per lo spavento e seguiteli nel loro comportamento... altrimenti sarà preferibile, se sono abituati, lasciarli nella loro casa in tranquillità con finestre e persiane chiuse; passato il momento della mezzanotte tutto tornerà normale. 



**Ambulatorio veterinario**

**Dott.ssa Federica Morici**  
Master medicina comportamentale

Via Montale 23  
Macerata

ambulatoriomorici@gmail.com  
349/6030229  
380/2633510

# FARMACIA COMUNALE N° 6

CIVITANOVA MARCHE, VIA EINAUDI 238, PRESSO MEGAUNO

## NUOVO ED ESCLUSIVO SERVIZIO DI AUTOANALISI IN FARMACIA

RISULTATI AFFIDABILI E GARANTITI

### TEST DI GRAVIDANZA

PSA  
SANGUE OCCULTO NELLE FECI  
EMOGLOBINA GLICOSILATA  
(DIABETE)  
MICROALBUMIURIA  
(FUNZIONALITA' RENALE)  
PROTEINA C-REATTIVA  
(INFIAMMAZIONI)

NON  
INVASIVO

NON SERVE  
ESSERE A DIGIUNO

RISULTATI IN  
POCHI MINUTI

PRELIEVO  
CAPILLARE



FARMACIE COMUNALI

Civitanova Marche

- UTILI A TUTTI -



*Elixir*

www.elixyr.it - Seguici su   
Anno II numero 7 Ed. Fermo/Ascoli Piceno  
Dicembre 2015  
Copia omaggio

**Editore**  
Alberto Gagliardi  
Via Natali 35/B - 62100 Macerata  
info@elixyr.it  
Tel. 0733.201735 - 329.4033000

**Registrazione**  
Tribunale di Macerata n. 618 del 06/05/2014

**Direttore responsabile**  
Paola Verolini

**Grafica, impaginazione e stampa**  
Tipografia San Giuseppe Srl - Pollenza (MC)

**Collaboratori a questo numero:**  
Mariantonietta Cerquetella  
Angelo Goglia  
Simonetta Zazzarini  
Gerardo Rossi  
Alberto Gagliardi  
Federica Morici

Questa non è una testata medica, le informazioni fornite da questo magazine hanno scopo puramente informativo e sono di natura generale; esse non possono sostituire in alcun modo le prescrizioni di un medico o di altri operatori sanitari abilitati a norma di legge. Le nozioni sulle posologie, le procedure mediche e le descrizioni dei prodotti presenti in questo periodico hanno un fine illustrativo e non consentono di acquisire la necessaria esperienza e manualità per la loro pratica o il loro uso. Se ti sono state prescritte delle cure mediche ti invito a non interromperle né modificarle, perché tutti i suggerimenti che trovi su Elixir devono essere sempre e comunque confrontati con il parere del tuo medico curante.

# BIOEPATOS

Integratore alimentare di

GLUTATIONE RIDOTTO - CARDO MARIANO  
ACIDO TIOTTICO - L-CISTEINA

**ANTIOSSIDANTE, DETOSSICANTE  
ED EPATOPROTETTIVO**



30 COMPRESSE

Un aiuto naturale per una migliore qualità della vita

Prodotto e distribuito da FARMALIP SRL

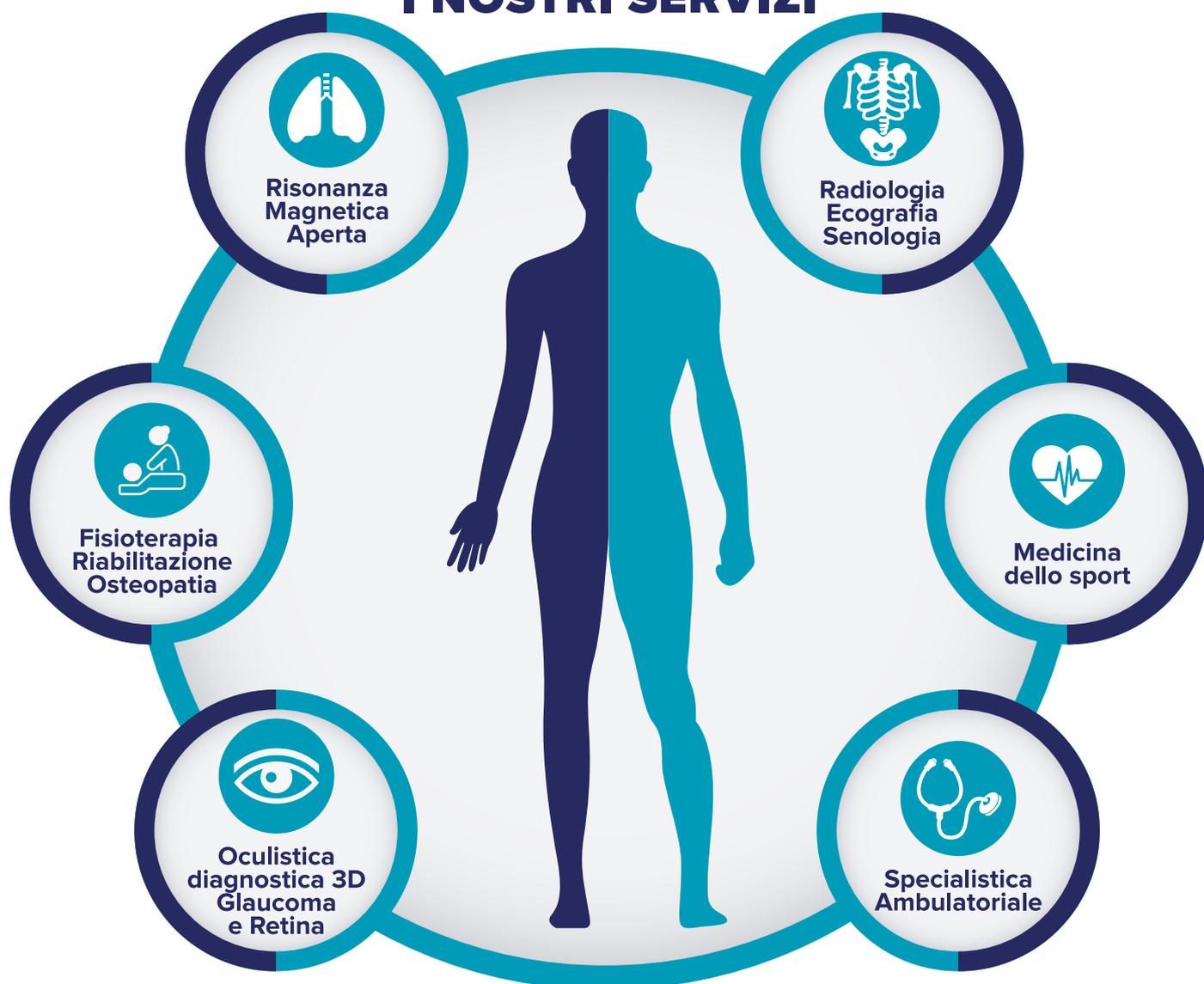
Largo della Libertà, 6/A  
62022 Castelraimondo (MC)  
Tel. 0737 641193 - Fax: 0737 432153



# la fenice

centro medico diagnostico

## I NOSTRI SERVIZI



**REFERTAZIONE IN TEMPI BREVI  
ASSENZA LISTE D'ATTESA  
COSTI CONTENUTI**

**Info e prenotazioni Tel. 0734.904711 Fax 0734.991571**

**Centro medico diagnostico fisioterapico La Fenice**  
Via Mazzini, 18 63821 Porto Sant'Elpidio (FM)  
info@centrodiagnosticolafenice.it - www.centrodiagnosticolafenice.it

Facebook: La Fenice Centro Diagnostico