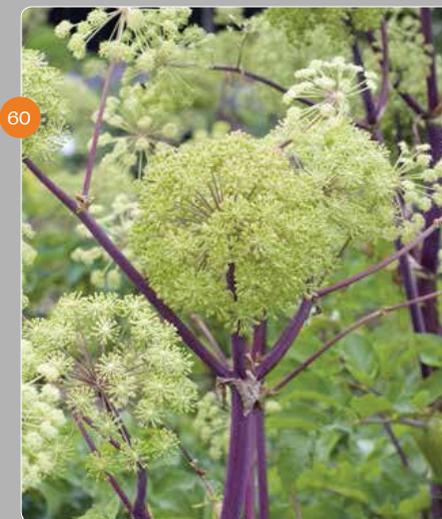
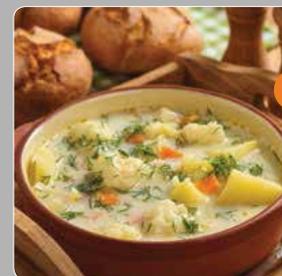




**n. 6 2018**  
novembre / dicembre



## cibo & salute

**10 Olio extra vergine, amico del cuore**  
Apprezzato per il suo sapore intenso e l'alta digeribilità, per le sue proprietà nutracautiche è da considerare un valido aiuto nella prevenzione...

*Dott.ssa Gabriella Lo Feudo*

**18 Etichetta alimentare, impariamo a leggerla**  
L'etichettatura degli alimenti permette al consumatore di scegliere prodotti conformi ai requisiti di sicurezza e qualità.

*Prof. Paolo Ranalli*

## medicina

**22 Se il bambino non dorme...**  
Individuare i fattori disturbanti e creare una routine che favorisca l'addormentamento è il primo passo per assicurare al bambino una notte serena.

*Dott. Tiziano Dall'Osso, Dott.ssa Melissa Gullotta*

**28 Disturbi della voce, dalla diagnosi alla cura**  
Le possibilità di cura sono migliori e poco invasive se la diagnosi è precoce, per questo motivo l'alterazione della voce...

*Dott. Danilo Dall'Olio*

**30 Quando il cuore va in affanno**  
I sintomi dello Scompenso cardiaco possono essere alleviati...

*Dott.ssa Nadia Aspromonte, Dott. Andrea Di Lenarda, Dott. Giuseppe Di Tano, Dott. Michele Massimo Gulizia*

**36 Strabismo, come correggerlo?**  
Per il recupero visivo e funzionale di entrambi gli occhi, la precoce correzione ottica risulta fondamentale.

*Prof. Dott. Demetrio Spinelli*

**44 Problemi alle ovaie, come affrontarli?**  
Sottoporsi a visite ginecologiche di controllo permette di riconoscere tempestivamente la formazione di Cisti ovariche.

*Dott. Lorenzo Sabbioni*

**50 Obiettivo bel sorriso**  
La moderna Odontoiatria propone trattamenti curativi ed estetici...

*Dott. Aldo Nobili*

## il tuo medico di famiglia

**54 Capire e farsi capire**  
Molti errori riconducibili a incomprensioni tra Medico e Paziente potrebbero essere evitati con una più corretta comunicazione.

*Dott. Enrico Delfini*

## attualità & salute

**56 Raccontare il mondo a chi non vede**  
Un innovativo dispositivo all'avanguardia aiuta non vedenti e ipovedenti nella loro quotidianità, trasformando in tempo reale le immagini in informazioni verbali.

*Dott. Paolo Limoli  
Antonella Ciana*

## piante medicinali

**60 L'erba degli angeli**  
Considerata una panacea per tutti i mali, l'Angelica è nota fin dall'antichità per le sue proprietà digestive, calmanti e antinfiammatorie.

*Dott.ssa Alessandra Marchica  
Dott.ssa Claudia Pisutti  
Dott.ssa Elisa Pellegrini*

## estetica & salute

**66 Una pelle più tonica**  
La Radiofrequenza è un trattamento miniminvasivo che contrasta efficacemente i danni provocati dall'invecchiamento cutaneo.

*Dott. Giuseppe Di Toro*

## mente & corpo

**68 Tosse nervosa, un messaggio da interpretare**  
Provocata da tensioni emotive, condizioni di ansia e stress, la Tosse nervosa esprime la necessità...

*Dott.ssa Luisa Merati*

## psicologia

**72 Burn-out, alle origini del problema**  
Risultato di un'inadeguata gestione dello stress lavorativo, questa sindrome colpisce alcune categorie...

*Dott.ssa Francesca Fossi*

## gusto & salute

**76 Zuppa d'orzo e cavolo bianco**  
Ottima per gustare appieno i sapori del cavolo e delle verdure autunnali...

*A cura della Redazione scientifica*

## salute & benessere

**82 Alla riscoperta del movimento**  
Ispirato al movimento istintivo del bambino e di alcuni animali, il Metodo Biofasciale ci propone...

*Prof. Giuseppe Santoro*