

pillole

integratori, ricerche scientifiche, nuove metodiche per la salute

DI TERRY CATTURINI

DA PROVARE



FUNGI DOC

Freschezza, genuinità e versatilità sono gli attributi dello champignon. **Champignon d'Europa** è il marchio - si trova sulle confezioni - che Comunità Europea ha creato per garantire la sicurezza e la bontà naturale del fungo coltivato, controllato in ogni fase della filiera.

Cuscinetti adiposi



È la notizia più eclatante dell'ultimo Congresso internazionale di Medicina Estetica svoltosi a Milano: un farmaco anticolesterolo, la fosfatidilcolina, da 30 anni utilizzato contro i grassi del sangue e la prevenzione delle cardiopatie, sembrerebbe in grado di sciogliere anche cellulite e cuscinetti di grasso. In Italia, il farmaco viene valutato anche da Agorà, Associazione per l'Aggiornamento Medico di Milano, con la collaborazione di Smiem (Scuola Superiore Postuniversitaria di Medicina e Indirizzo Estetico di Milano) e AMIest (Associazione Medici a Indirizzo Estetico). "La fosfatidilcolina nel suo uso tradizionale viene somministrata da anni senza problemi - spiega Alberto Massironi, presidente di Agorà - il suo uso in medicina estetica è attualmente sotto test. Certo è che i primi risultati sono estremamente promettenti. In questo nuovo utilizzo, la fosfatidilcolina ha permesso di far diminuire di volume cuscinetti adiposi, con un effetto simile a quello della liposuzione".

Luca Ronchi

DA NON PERDERE DI VISTA

Ritorna l'appuntamento con la campagna di prevenzione della vista, promosso dalla Società Oftalmologica Italiana Medici Ocultisti e dall'Associazione Onlus

'Per Vedere Fatti Vedere', in collaborazione con Salmiraghi&Vigano'. Per prenotare le visite (gratuite!): numero verde 800956596 oppure www.pervede.refattivedere.it.



UN CORSO PER PIACERSI

Riscoprire un benessere che si può trovare dentro di noi, attraverso la consapevolezza della nostra armonia corporea. Come? Grazie all'utilizzo del metodo Feldenkrais, ma anche valorizzando il nostro aspetto attraverso accorgimenti di makeup e di cura dell'immagine... Per info: tel. 0284800601.

ANTIOSSIDANTI E VIVRAI DI PIÙ

Alcuni ricercatori della Cornell University di New York hanno dimostrato che l'antiossidante quercetina, contenuto in frutta e verdura, diminuisce sensibilmente il rischio di sviluppare il morbo di Alzheimer o altre malattie neurodegenerative. Particolarmente ricchi di quercetina sono le mele, le cipolle e i mirtili.



153