

Salute+

periodico di medicina benessere estetica sport tempo libero



più

MAGAZINE

AUTUNNO/INVERNO
2025/2026

**Tra sogno e concretezza
La prima convention Salute+:
idee, visioni e medicina del futuro**

**Fertilità e ormoni
Quando il sistema endocrino
decide il futuro**

**Disarmare i superbatteri
La ricerca calabrese
che va oltre gli antibiotici**

**Vedere prima,
intervenire meglio
La rivoluzione dell'ecografia
che cambia la diagnosi**

**Il cuore del futuro
è su misura
Nuove frontiere
della medicina personalizzata**

**Eccellenze italiane
Il Prof. Giuseppe Ciconte,
il medico che dialoga
con il cuore**



CONNETTORI di COMUNITÀ

Salute+

MAGAZINE

Numero 0

Periodico in attesa di registrazione presso il Tribunale di Catanzaro

Direttore Responsabile

Dott. Pietro Melia

Direttore Scientifico

Dott. Domenico Mammone

Editore

Exclusive Fitness Center

Direzione e Redazione

Via del Progresso, 4
88060 Satriano (CZ)

Info +39 333 1264270

Grafica & stampa

SudGrafica srl

Marina di Davoli (CZ)

Tel. 0967.70297

+ editoriale

Inverno: il tempo della visione e della prevenzione 2

piùmedicina

Salute +: tra sogno e concretezza, il dialogo tra bellezza, movimento e cura 4

Il cuore del futuro è su misura 9

Fertilità e ormoni: quando il sistema endocrino decide il futuro 10

Disarmare i superbatteri: la ricerca calabrese che apre una nuova via oltre gli antibiotici. 11

Vedere prima, intervenire meglio: l'evoluzione della diagnostica ecografica 13

Innovazione tecnologica e diagnostica per immagini 14

Festa del Papà: l'idea in più è regalare prevenzione con il 16

check-up per sportivi amatoriali 17

Vizi posturali da seduti: cause, conseguenze e strategie per prevenirli 18

La "Gobba del Bisonte": segnale estetico o campanello metabolico? 18

piùeccellenze

Eccellenze della Medicina Calabrese: Il Prof. Giuseppe Ciconte 21

piùmedicinaestetica

Criolipolisi: il freddo che elimina il grasso. 22

Dopo il freddo, il calore delle abitudini 23

Acne in inverno: strategie dermatologiche per ogni età. 24

Medicina rigenerativa estetica: biostimolazione e lifting temporale 28

del sopracciglio, le nuove frontiere anti-aging 28

piùsport

Allenamento medico integrato: prevenzione primaria 30

e secondaria nel modello MedCenter 30

Allenarsi insieme: quando il fitness diventa comunità. La formula vincente 32

scelta dall'Exclusive Fitness Center di Satriano Marina 32

piùspazioallochef

Pesce crudo, bontà in sicurezza 34

piùnaturaeterritorio

Verso la neutralità carbonica: 36

piùarte

Il borgo di Cardinale e l'antica via del grifone 41

Con Salute+ nasce un magazine innovativo dove trovare ogni giorno tanti spunti di riflessione e approfondimento, per una vita dove il benessere è sempre al primo posto. Salute+ più si pone l'obiettivo di fornire ai lettori uno strumento autorevole e competente di informazione su: salute, medicina, sport, benessere ed esercizio fisico. Gli articoli e le rubriche sono, infatti, frutto di un confronto diretto tra la redazione giornalistica e una vasta platea di interlocutori: medici, ricercatori ed esperti dei vari ambiti. I temi trattati spaziano dalla medicina dell'alimentazione al fitness, per arrivare all'estetica e al benessere in generale, volendo includere tutti gli ambiti che completano il concetto di salute nella sua accezione più ampia e complessa.

Ma è soprattutto nel campo della prevenzione che si realizza il nostro intervento di divulgazione.

La prevenzione primaria, che si persegue attraverso uno stile di

vita rispettoso delle esigenze del nostro corpo e della nostra mente, è l'ambito in cui ci proponiamo di portare avanti il nostro impegno, cercando di rendere semplici e fruibili le indicazioni che provengono dagli esperti della salute.

Salute+ offre trimestralmente tanti consigli e spunti utili per vivere meglio e in modo più sano: dalla buona alimentazione al fitness, dai progressi della scienza alle diete, dalla bellezza alla psicologia. La rivista viene realizzata con il contributo di medici e specialisti, offrendo attraverso una rigorosa selezione, informazioni approfondite sulla salute e ricerca nel campo della medicina e del benessere.

Numerosi articoli sono dedicati al resoconto delle più innovative ricerche scientifiche.

Le aree tematiche in cui è suddivisa la rivista rispecchiano gli argomenti trattati: Più Medicina, Più sport e benessere, Più Alimentazione (con spazi dedicati alla cucina tradizionale,

mediterranea, vegetariana e vegana), Più spazio allo Chef, Più estetica e bellezza, Salute+ è un house organ, creato dalla sinergia di tre aziende, l'Exclusive Fitness Center, attiva nel mondo del fitness in tutte le sue varianti, MedCenter, struttura polispecialistica sanitaria privata, MedEstetica clinica di medicina estetica, chirurgia estetica e dermatologia.

Con oltre 2.000 m², operando nel settore della salute e in generale del wellness, entrambe si ispirano a una filosofia di vita che mette il benessere della persona al centro dell'attenzione, proponendo attività di prevenzione, cura e riabilitazione che, combinate con lo sport e un'alimentazione corretta, favoriscono uno stato di benessere ed equilibrio psicofisico.

Tecnicamente, Salute+ nasce dalla necessità delle tre aziende di comunicare all'esterno, la loro mission e i loro valori.

Inverno: il tempo della visione e della prevenzione

La salute come investimento a lungo termine. Tecnologia, sostenibilità e medicina personalizzata come asset strategici del futuro.

di Pietro Mosella

C'è un momento, ogni inverno, in cui tutto sembra rallentare: le giornate si accorciano, il freddo impone misura, il corpo chiede attenzione. La salute smette di essere un concetto astratto per diventare una domanda concreta: "mi sto prendendo davvero cura di me?". Nel Sud Italia, la salute è stata per troppo tempo un viaggio necessario, spesso doloroso, verso altri territori, altre città, altri ospedali. Chilometri percorsi per cercare diagnosi più rapide, tecnologie più avanzate, competenze più specialistiche. Invertire questa rotta non significa solo aprire nuovi ambulatori o introdurre nuove apparecchiature, ma costruire fiducia e generare competenze stabili in un ecosistema in cui prevenzione, diagnosi, cura e riabilitazione non siano frammenti isolati, ma parti di un unico percorso coerente. La medicina contemporanea non è più soltanto l'arte di curare la malattia, è la scienza di anticiparla. La cardiologia predittiva che personalizza il rischio, l'endocrinologia che intercetta squilibri metabolici prima che diventino cronici, la diagnostica ecografica avanzata che accorcia il tempo tra sospetto e risposta, la chirurgia vertebrale mini-invasiva

che riduce trauma e degenza: tutto converge verso un concetto chiave, la prevenzione strutturata.

Ma prevenire non è un atto tecnico: è un atto culturale. Significa riconoscere che i vizi posturali di un adolescente oggi possono diventare la lombalgia cronica di un adulto domani, che un controllo cardiologico tempestivo può evitare un evento improvviso, che un corretto inquadramento metabolico può cambiare il decorso di una vita. In questo numero affrontiamo temi che parlano di innovazione e responsabilità. La ricerca sui superbatteri, raccontata attraverso la voce del professor Giosuè Costa, ci ricorda che anche nei territori periferici possono nascere intuizioni capaci di dialogare con la comunità scientifica internazionale. È la dimostrazione che il sapere non ha latitudine quando esistono metodo, rigore e visione. Allo stesso modo, parlare di neutralità carbonica in sanità non è un esercizio teorico. Gli ospedali e i poliambulatori sono luoghi di cura, ma anche organizzazioni complesse che consumano energia, producono rifiuti, incidono sull'ambiente. Integrare sostenibilità e assistenza significa assumersi una responsabilità che

va oltre il singolo paziente: significa prendersi cura del contesto in cui quel paziente vive. C'è poi un altro aspetto, più silenzioso ma altrettanto decisivo: l'integrazione. La salute non è mai mono-specialistica. Un dolore cervicale può avere radici posturali, endocrine, metaboliche. Un percorso ortopedico non si conclude in sala operatoria ma continua nella riabilitazione. Una terapia dermatologica efficace dialoga con alimentazione e stile di vita. La medicina moderna è un lavoro di squadra, una trama di competenze che si incontrano e si riconoscono.

Infine la medicina estetica. Non una rincorsa a un ideale irraggiungibile, ma parte di un percorso di equilibrio. Prendersi cura della propria immagine, quando è guidato da competenza clinica e misura significa spesso recuperare sicurezza, benessere qualità della vita.

Costruire un polo sanitario di riferimento nel Sud Italia significa proprio questo: creare un luogo in cui le competenze non competano, ma cooperino. Dove la tecnologia non sostituisca la relazione, ma la renda più precisa. Dove l'innovazione non sia un simbolo esibito, ma uno strumento quotidiano.

Dalla colazione all'aperitivo,
ogni giorno siamo pronti
a offrirvi il meglio della caffetteria,
pasticceria e gelateria.



al Bacio

PASTICCERIA | CAFFETTERIA | GELATERIA

Via Beato Padre Pio, 1
Tel. 389 106 5744
MONTEPAONE LIDO (CZ)

Clinica medica polispecialistica



riabilitazione ortopedia fisioterapia ecografia medicina dello sport cardiologia cardiologia pediatrica
endocrinologia neurologia urologia dermatologia pneumologia nefrologia reumatologia dietologia

Polo d'eccellenza per la tua salute

-  Satriano Marina, Via del Progresso, 4
-  Centralino 0967 530337 - Fax 0967 530337
-  info@medcentersalute.it
-  www.medcentersalute.it
-  [medcenter](https://www.facebook.com/medcenter)

Direttore Sanitario
Dr. DOMENICO MAMMONE

AUTORIZ. REGIONE CALABRIA DCA N. 96/19.11.2014

Salute +: tra sogno e concretezza, il dialogo tra bellezza, movimento e cura

Ci sono storie che sembrano semplici finché non ci entri dentro, come il suono leggero di una porta che si apre in un pomeriggio d'autunno. La storia del Med Center, di Med Estetica e di Exclusive Fitness Center è una di queste: nata da un'intuizione, cresciuta tra fatica e sogni, oggi è un luogo in cui salute, bellezza e movimento si intrecciano senza clamore, ma con l'energia di chi sa cosa significa prendersi cura davvero.

A raccontarla è stata la prima Convention "Salute +", pensata per far conoscere una delle realtà sanitarie più innovative del Sud Italia, tra le prime ad adottare un approccio multidisciplinare nella prevenzione e cura dei pazienti. Sul palco, la giornalista Sabrina Amoroso ha dato voce a chi, giorno dopo giorno, trasforma spazi vuoti in esperienze concrete di cura e benessere.

Il Polo della "Salute", descritto dal Prof. Renato Daniele, socio fondatore, insieme al direttore sanitario dott. Domenico Mammone, si sviluppa all'interno di una struttura di 2.500 metri quadrati, con oltre 60 collaboratori tra medici, infermieri, tecnici, personale amministrativo e professionisti delle scienze motorie. Numeri che raccontano crescita, ma soprattutto una visione organizzativa fondata sull'integrazione multidisciplinare.



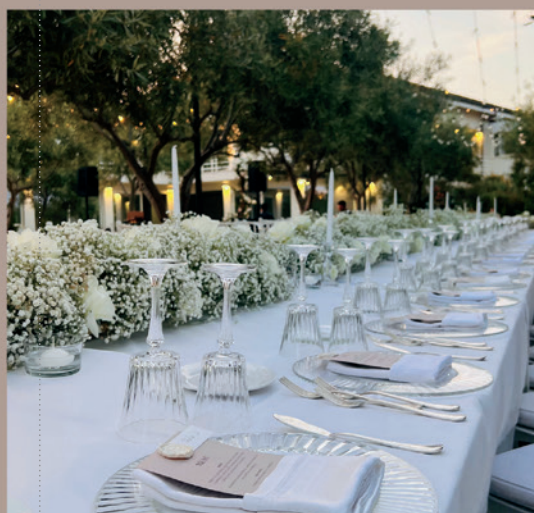
La clinica nasce nel 2014, strutturandosi nel corso degli anni, attraverso la serietà professionale,

la competenza, l'esperienza di personale altamente qualificato, nelle attuali branche specialistiche



TENUTA DALIA

WEDDING & CORPORATE EVENTS



LA TUA LOCATION DA SOGNO VISTA MARE

Adagiata su un promontorio che domina il mare, Tenuta Dalia regala un **panorama vista mare** che toglie il fiato. **Giardini curati**, una splendida **piscina a sfioro** che si fonde con l'orizzonte.

La **sala ricevimento** è **luminosa** e accogliente, circondata da ampie vetrate che offrono una vista continua sulla natura circostante. Gli arredi, dal **design sobrio e ricercato**, si prestano a ogni tipo di allestimento, mantenendo sempre **un'atmosfera raffinata** per **matrimoni** ed **eventi aziendali**.

CARATTERISTICHE



PISCINA
PANORAMICA



FINO A
500 PERSONE



GIARDINI
VISTA MARE



CAMERA
SPOSI

CONTATTI

info@tenutadalia.it

+39 3480020194

Isca sullo Ionio (CZ)

www.tenutadalia.it

 [@tenuta_dalia](https://www.instagram.com/tenuta_dalia)



Ridurre i tempi di attesa per le prestazioni specialistiche e diagnostiche e ottimizzare le risorse per offrire agli assistiti un servizio sempre più rispondente ai bisogni di salute attraverso serietà e professionalità è la mission della clinica MedCenter.

Con l'obiettivo primario di curare e assistere nel modo migliore il paziente, "MedCenter" coniuga l'alta professionalità e qualificazione scientifica dello staff a strumentazioni e tecnologie di ultima generazione.

Accanto alla medicina tradizionale si sviluppa Med Estetica, dove prendersi cura di sé significa anche valorizzare la bellezza come espressione di salute. Laser frazionati, trattamenti su misura, approccio olistico: qui l'estetica non è vanità, ma alleata del benessere. «Curare il corpo significa anche curare la fiducia in sé stessi - spiegano i professionisti - ogni trattamento diventa occasione per ritrovare equilibrio, armonia e

consapevolezza: perché il corpo parla, e chi ascolta impara».

La Clinica dispone di ampi spazi per l'accoglienza dei pazienti, ambulatori, ed una Sala Operatoria all'avanguardia, con annessa sala di sterilizzazione, dotata di attrezzature e strumentazioni di ultima generazione, in un ambiente accogliente e continuamente igienizzato. Con l'ausilio del proprio personale chirurgico e infermieristico altamente qualificato, la Clinica è equipaggiata per interventi di chirurgia generale, estetica e dermatologica a minor invasività, eseguiti in anestesia locale con procedure diagnostiche e terapeutiche che non prevedono ricovero post-operatorio.

A completare il progetto, Exclusive Fitness Center, il gioiello sportivo della struttura. Con oltre 900 iscritti, è molto più di una palestra: è laboratorio di disciplina e autostima. Ginnastica artistica, percorsi

personalizzati, attenzione alla forma e alla motivazione. Lo sport diventa strumento di salute, esperienza di comunità, luogo dove ogni piccolo successo si somma agli altri, costruendo fiducia, resistenza e gioia di esserci.

La convention, ospitata nella suggestiva location di Tenuta Dalia, ha voluto raccontare questa storia a tutto tondo. Con la presentazione del nuovo progetto editoriale di "Salute +", a cura dei direttori Pietro Melia e Pietro Mosella, è stata aperta una finestra sulla medicina moderna, sulla prevenzione e sulla vita quotidiana delle persone. Un periodico cartaceo che sfida il digitale, con l'obiettivo di informare senza semplificare, raccontare senza didascalie.

Il direttore sanitario, Domenico Mammone, ha illustrato il manifesto di intenti: «Volevamo una sanità privata vicina al territorio, che facesse della prevenzione una





priorità. Stratificando l'offerta potevamo dare risposte alla migrazione sanitaria che costringeva i pazienti ad andare via anche per semplici diagnosi». Il Med Center oggi copre un ampio spettro di specialità: dalla cardiologia alla chirurgia vertebrale, dalla dermatologia alla diagnostica ecografica, dall'endocrinologia alla medicina dello sport, fino alla riabilitazione neurologica e ortopedica, con specialisti provenienti da eccellenze italiane. Il futuro si riflette nella nuova radiologia dotata di Risonanza Magnetica ad alta precisione, presentata dal dottor Francesco Manti: «Diagnosi più rapide, percorsi più sicuri, maggiore affidabilità: la

tecnologia al servizio della vita». Ma la convention non è stata solo scienza: ha celebrato bellezza e

movimento. Video e dimostrazioni hanno mostrato ambienti accoglienti, trattamenti personalizzati, e una



 **UDIMED**
CENTRO ACUSTICO
CONVENZIONATO A.S.P. - INAIL

Ti aspettiamo per un
CONTROLLO GRATUITO DELL'UDITO



Catanzaro: Centro Lucrezia della Valle - Primo livello, 19/24
Satriano Marina: Via del Progresso, 4
Chiaravalle C.le: Via G. Staglianò, 373

Cell. 380 1709781
www.udimed.eu
info.udimed@gmail.com

comunità sportiva viva, dove corpo e mente, estetica e sport, si incontrano in un unico progetto. I Premi Salute + hanno reso tangibile l'emozione della giornata. Tra i professionisti premiati, eccellenze mediche e sportive come il Prof. Daniele Maselli, cardiocirurgo, il Prof. Enrico Pucci, endocrinologo, il Prof. Manfredi Greco, chirurgo plastico, il Prof. Giosuè Costa, esperto di chimica degli alimenti, e Giovanni Caserta, atleta olimpionico. Accanto a loro, aziende partner come Sudgrafica nella figura del suo fondatore Salvatore Mantello,



fondazione BCC Montepaone nella figura del Presidente Avv. Giovanni Caridi e del Direttore Generale Dr. Antonio Dodaro, protagonisti



di una rete che unisce impresa, responsabilità sociale e sostegno al territorio.

Molto più che una convention: è un racconto dove sogno e concretezza si incontrano, dove la cura si trasforma in bellezza, il movimento in energia, e ogni persona diventa protagonista della propria salute.



Nulla si crea e nulla si distrugge ma tutto si Rinnova

G.F.C. Energy Srl è una società di progettazione, consulenza, realizzazione, gestione e manutenzione impianti, nel settore delle fonti energetiche rinnovabili, dell'efficienza energetica e delle tecnologie ambientali.

Avvalendosi di un team di ingegneri meccanici, energetici, civili ed ambientali e di altri professionisti di comprovata esperienza, la G.F.C. Energy Srl propone soluzioni di qualità nella progettazione di sistemi tradizionali ed innovativi a energie rinnovabili, è capace di elaborare soluzioni innovative e mettere a punto tecnologie di ultima generazione.

Sede: Via del Commercio n° 5 - 88060 Satriano M.na (CZ)
Chiamaci +39 0967 25241 **e-mail: info@gfcenergy.it**

Il cuore del futuro è su misura

A cura del Dott. Giuseppe Caridi
Specialista in Cardiologia e Malattie dell'Apparato Vascolare

Cosa significa oggi prendersi cura del cuore? **Cura è ascolto, personalizzazione e attenzione alla persona**, non solo alla malattia. Cosa può fare la differenza nella vita quotidiana di chi ha avuto un infarto, soffre di aritmie, scompenso o malattie del muscolo cardiaco? Al centro di tutto non c'è solo la medicina che salva, ma quella che accompagna, semplifica e migliora la vita delle persone. Una delle novità più interessanti riguarda la **cura dopo un "infarto"**. Finora, molti pazienti ricevevano per mesi (o anche per anni) le stesse combinazioni di farmaci. Ma oggi i dati dicono che **non serve curare tutti nello stesso modo**. In alcuni casi, nei pazienti a basso rischio è **possibile alleggerire la terapia**, quindi prescrivere una cura più mirata. Per esempio, in alcuni pazienti **si può interrompere uno dei due farmaci antiaggreganti** dopo solo un mese dall'infarto. In altri, si

può valutare se i **beta-bloccanti siano davvero necessari a lungo termine**. Beninteso non è una scelta da fare da soli: la cardiologia sta diventando meno standard e più attenta alla storia di ciascuno. Per chi convive con **"fibrillazione atriale"** o ha dovuto affrontare un'ablazione cardiaca, ci sono notizie incoraggianti. Nuove tecniche stanno rendendo questi **interventi più veloci, meno invasivi e quindi con meno complicazioni**. E per alcuni pazienti che, dopo ablazione, non hanno più avuto problemi, si potrà **rivalutare la necessità di continuare con farmaci anticoagulanti a vita**. Certamente nessuna scelta deve essere presa senza consultare il proprio cardiologo. Ma è rassicurante sapere che la ricerca sta andando nella direzione di una medicina che non chiede sacrifici inutili e che ogni pillola deve avere una buona ragione per essere presa. Chi vive con lo **"scompenso**



cardiaco" lo sa: è una condizione impegnativa, fatta di continui controlli, farmaci, fiato corto e stanchezza. Ma proprio in questo campo sono arrivate **nuove terapie e nuove speranze**. Non tutti i farmaci funzionano allo stesso modo in tutti i pazienti, ma per chi ha forme più gravi e complesse ci sono più opzioni all'orizzonte. Oramai è riconosciuto che **la "salute mentale" è parte integrante della salute cardiaca**: ansia, depressione, stress cronico possono peggiorare i sintomi cardiaci e aumentarne i rischi. Oggi si chiede che la salute mentale sia valutata e supportata nei percorsi di cura. Troppe volte i pazienti si sentono dire "è tutto nella testa" senza ricevere ascolto o aiuto. Portare queste innovazioni nella pratica quotidiana **richiederà formazione, investimenti, aggiornamento dei protocolli**, ma soprattutto richiederà la volontà di mettere al centro il paziente, la sua storia, i suoi bisogni. Il futuro della cardiologia è iniziato, e non è fatto solo di medicine e macchinari, ma di relazioni, ascolto, consapevolezza. È un cuore che batte al ritmo di chi lo vive, ogni giorno.

MedCenter
CLINICA MEDICA POLISPECIALISTICA

Elettrocardiogramma

Test da sforzo cardiaco

Ecocardiogramma

Holter ECG

CARDIOLOGIA
PEDIATRICA E PER ADULTI

MedCenter
Satriano Marina (CZ) - Via del Progresso, 4
www.medcentersalute.it

prenotazioni
0967.530337

medcenter

polo d'eccellenza per la tua salute

Fertilità e ormoni: quando il sistema endocrino decide il futuro



L'infertilità non è mai un problema semplice. Non riguarda solo età o stile di vita, ma spesso ha radici profonde e invisibili: l'equilibrio endocrino. Gli ormoni, quei messaggeri chimici che orchestrano ogni funzione del corpo, giocano un ruolo cruciale nella capacità di concepire. Ecco perché conoscere il ruolo del sistema endocrino significa intervenire con precisione, tra ormoni, corpo e mente in un approccio multidisciplinare spesso sottovalutato, che può fare la differenza tra speranza e frustrazione. A spiegarlo è il professor Enrico Pucci docente universitario e endocrinologo clinico all'Università di Pisa che incontriamo all'interno del suo ambulatorio nel presidio polispecialistico Med Center di Satriano Marina.

«Il legame tra endocrinologia e infertilità esiste- spiega il professore- riguarda l'uomo tanto quanto la donna e ha radici molto semplici».

Comprendere questo legame significa guardare oltre i sintomi apparenti e analizzare con precisione il funzionamento del sistema endocrino. Negli uomini, l'indicatore più evidente è l'alterazione del liquido seminale, che può essere influenzata da disturbi endocrini o da forme genetiche di endocrinopatie. «Ci sono alcune forme di endocrinopatie di tipo genetico che hanno un'infertilità collegata e altre che dissociano un

altissimo profilo funzionale dell'uomo: può avere una funzione gonadica normale ma un liquido seminale alterato- precisa il professore- anche uomini apparentemente in perfetta salute possono nascondere problemi significativi che solo un'attenta analisi può rivelare. Nelle donne, i segnali sono più visibili e spesso più immediati: un ciclo irregolare, troppo lungo o assente, indica la necessità di approfondimenti. L'ecografia pelvica consente di valutare la struttura ovarica e la presenza di follicoli maturi, mentre la misurazione del progesterone in fase luteinica, intorno alla ventiduesima giornata del ciclo, permette di verificare se l'ovulazione avviene regolarmente. Se gli esami di base evidenziano anomalie, si procede con test più approfonditi per definire la natura del disturbo e le possibili terapie». Perché i problemi in alcuni casi possono essere corretti «con terapie sostitutive- prosegue il

prof. Pucci-inducendo l'ovulazione nella donna e migliorando la spermatogenesi nell'uomo. In presenza di eiaculazione retrograda, atrofia testicolare o alterata funzionalità della spermatogenesi, la correzione può essere impossibile. La valutazione della coppia è quindi fondamentale. L'uomo viene studiato per primo con tre esami del sangue e la valutazione del liquido seminale, mentre la donna richiede un approccio più complesso: il ciclo mestruale può alterarsi per motivi non strettamente endocrini, ma che comunque influenzano il sistema ormonale. La donna è più sensibile a sbalzi emotivi - conclude il professore - e il quadro dell'infertilità può essere risolto anche affrontando il quadro psicologico». Un approccio integrato, insomma, che può fare la differenza tra un sogno rimandato e una possibilità concreta di genitorialità.



ENDOCRINOLOGIA

**AMBULATORIO
PER LE MALATTIE DELLA TIROIDE**

Prof. Enrico Pucci
Università degli studi di Pisa



AUTORIZZAZIONE REGIONE CALABRIA N. 90/19.11.2014

MedCenter

Satriano Marina (CZ) - Via del Progresso, 4
www.medcentersalute.it

f medcenter



**prenotazioni
0967.530337**

Polo d'eccellenza per la tua salute

Disarmare i superbatteri: la ricerca calabrese che apre una nuova via oltre gli antibiotici

Intervista al Prof. Giosuè Costa

La resistenza antimicrobica è una delle sfide più urgenti della medicina contemporanea. I cosiddetti “superbatteri” stanno diventando sempre più difficili da trattare e la lista degli antibiotici efficaci si assottiglia ogni anno. In questo scenario, una ricerca dell’Università Magna Græcia di Catanzaro ha catturato l’attenzione internazionale, dimostrando che anche un ateneo del sud Italia può dare un contributo decisivo alla scienza globale. Il progetto, guidato dal Prof. Stefano Alcaro, ha coinvolto un gruppo multidisciplinare di ricercatori, tra cui il Prof. Giosuè Costa, che ha coordinato la parte computazionale. L’obiettivo era identificare nuove strategie contro *Staphylococcus aureus*, incluso il temuto ceppo MRSA, senza ricorrere ai tradizionali antibiotici. La soluzione è arrivata inaspettata: due molecole naturali capaci di inibire Sortase A, un enzima chiave che permette al batterio di attaccarsi ai tessuti e avviare l’infezione. Senza questo strumento, il batterio perde gran parte della sua virulenza. La ricerca è stata pubblicata su *Journal of Medicinal Chemistry* e scelta come articolo di copertina, un riconoscimento che conferma l’impatto scientifico dello studio.

Iniziamo dalla pubblicazione: cosa rappresenta per voi la copertina di *Journal of Medicinal Chemistry*?

“È un riconoscimento importante, perché *Journal of Medicinal Chemistry* è una delle riviste di riferimento mondiale per la chimica farmaceutica. Essere scelti per la copertina significa che il nostro lavoro è stato considerato di particolare impatto, sia per l’innovazione della strategia sia per la qualità dei risultati. Naturalmente la scienza è un lavoro di squadra:

questo traguardo è il risultato di un forte coordinamento tra il nostro laboratorio di chimica computazionale a Catanzaro e i colleghi che hanno condotto la parte sperimentale”.

L’antibiotico-resistenza è una sfida che appare spesso nei media. Quanto è realmente urgente affrontarla?

“È una delle emergenze sanitarie più gravi a livello mondiale. I batteri resistenti stanno emergendo con una rapidità superiore allo sviluppo di nuovi antibiotici. L’OMS ha già lanciato l’allarme: potremmo trovarci in un’era post-antibiotica, in cui infezioni banali tornano a essere pericolose. Per questo è fondamentale esplorare nuove strategie terapeutiche”.

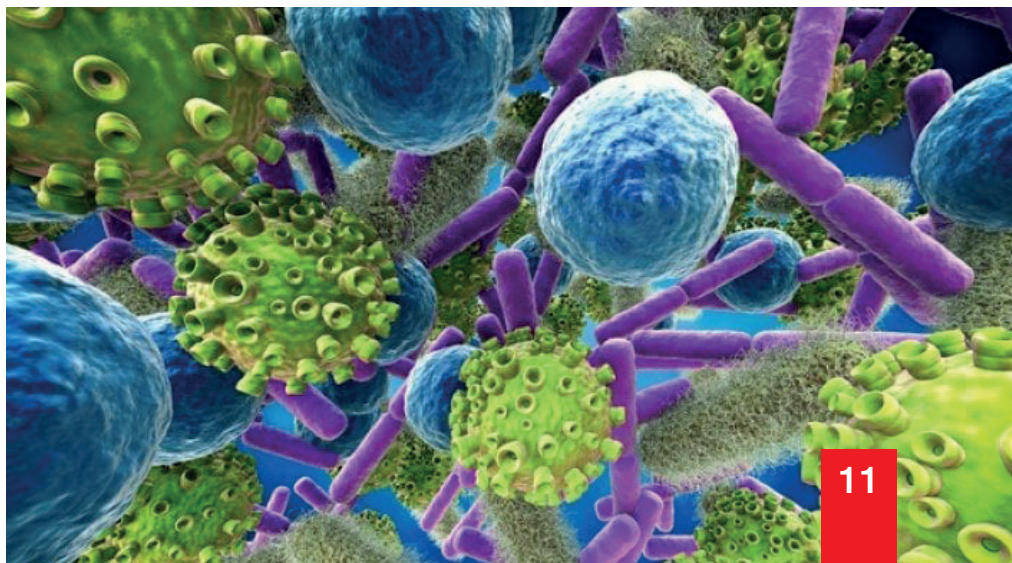
La vostra strategia è appunto diversa da quella degli antibiotici tradizionali. Può spiegarcela?

“Gli antibiotici cercano di uccidere i batteri, ma così facendo esercitano un’enorme pressione evolutiva. Questo accelera la comparsa di ceppi resistenti. Noi seguiamo una strategia antivirulenza: invece di eliminare il batterio, gli togliamo gli strumenti per essere pericoloso. Nel nostro caso, il bersaglio è l’enzima Sortase A, che permette a *Staphylococcus aureus* di aderire ai tessuti dell’ospite. Senza questa funzione, il batterio non può avviare l’infezione”.



È qui che entra in gioco il vostro contributo. Ci descrive il ruolo della chimica computazionale in questo studio?

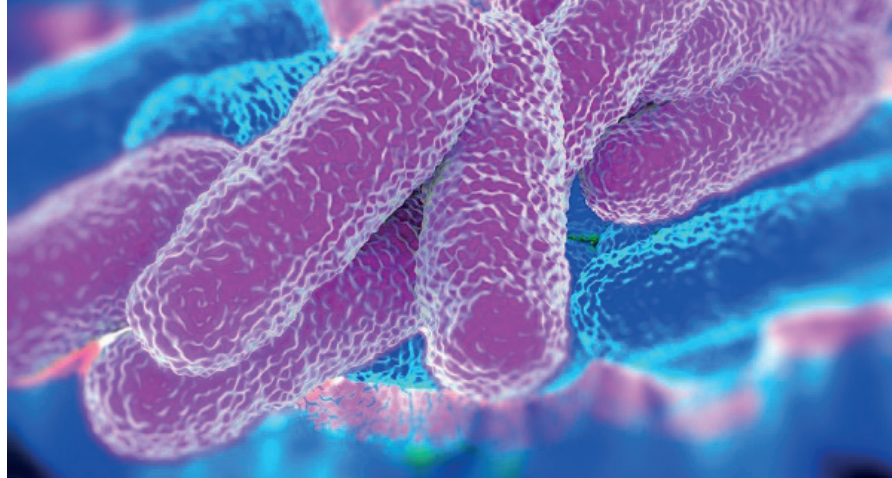
“Prima di tutto è importante essere chiari: io non sono un microbiologo né un infettivologo. Sono un chimico computazionale, e il nostro compito in questo progetto è stato identificare, attraverso simulazioni eseguite su un cluster di calcolo ad alte prestazioni (una sorta di super-computer formato da più macchine che lavorano insieme), le molecole più promettenti da testare in laboratorio. Un’infrastruttura di questo tipo è molto più potente di un normale computer e ci permette di analizzare centinaia di migliaia di composti in tempi molto brevi, studiando il loro comportamento e selezionando quelli con le migliori potenzialità. Per farlo abbiamo combinato diverse tecniche: tramite simulazioni di dinamica molecolare abbiamo studiato come l’enzima Sortase A si muove e cambia forma nel tempo; poi abbiamo eseguito



uno screening virtuale basato sul docking molecolare, analizzando circa 300.000 composti naturali per capire quali tra questi fossero in grado di interagire in modo efficace con l'enzima. Infine, abbiamo valutato le proprietà farmacocinetiche e il profilo "drug-like" per selezionare solo le molecole realisticamente sviluppabili. In questo modo siamo riusciti a ridurre la complessità iniziale e a individuare pochi candidati con alta probabilità di successo. Due di queste molecole hanno poi dimostrato una notevole capacità di inibire Sortase A nei test biologici, grazie al lavoro dei colleghi biologi e microbiologi. In particolare, questo progetto ha coinvolto il nostro gruppo di chimica computazionale, di cui fanno parte anche la dott.ssa Francesca Alessandra Ambrosio e la dott.ssa Emanuela Marchese. Noi ci siamo occupati dell'intera parte teorica e predittiva, mentre la validazione sperimentale delle molecole identificate al computer è stata effettuata dai colleghi del gruppo di Pavia, con cui abbiamo collaborato in modo complementare. Questo è, in sintesi, il senso della chimica computazionale: accelerare la ricerca e aumentare l'efficienza dei processi di scoperta di nuovi candidati farmaco".

Quindi siamo di fronte a potenziali nuovi farmaci?

"Siamo nella fase iniziale, quella dell'hit identification. Con questo termine si indica il processo con cui, da enormi librerie di composti, si



individuano le prime strutture che mostrano un'attività interessante verso il bersaglio biologico, in questo caso l'enzima Sortase A. Le due molecole che abbiamo identificato sono quindi degli hit: punti di partenza promettenti, che non sono ancora dei farmaci, ma rappresentano una base solida su cui costruire molecole più potenti, più selettive e più sicure. A partire da questi hit si apre un percorso lungo e articolato, che richiede modifiche chimiche, valutazione della sicurezza, studi in vivo e la collaborazione dell'industria farmaceutica. Ma i risultati ottenuti finora sono molto incoraggianti".

Quanto è importante che un risultato del genere arrivi da un ateneo del Sud Italia?

"È molto importante, soprattutto per superare stereotipi ormai obsoleti. Questa ricerca dimostra che la qualità scientifica non dipende dal luogo, ma dalle persone, dalle idee e dalle collaborazioni. La Calabria ha un potenziale enorme e questo lavoro è un esempio di come possa contribuire a temi globali come la resistenza antimicrobica".

In chiusura: qual è il messaggio che vorrebbe trasmettere al grande pubblico?

"Che la battaglia contro i superbatteri non è persa. La scienza sta sviluppando strategie più intelligenti e sostenibili, che non si basano solo sull'idea di "uccidere il batterio", ma su quella di neutralizzarne la capacità di farci del male. E che anche da realtà considerate periferiche possono arrivare contributi di valore internazionale. Ma c'è anche un messaggio importante per chi legge. La resistenza agli antibiotici non è un problema lontano: riguarda tutti noi, ogni giorno. Possiamo contribuire in modo concreto usando gli antibiotici in modo responsabile, evitando il "fai da te", i consigli di un "amico esperto", o ciò che si trova cercando soluzioni su internet. È fondamentale completare sempre le terapie prescritte e non assumere farmaci quando non servono. Sono gesti semplici, ma decisivi per preservare l'efficacia delle terapie che già abbiamo e per proteggere la salute collettiva".

GIOIELLERIA PISAN



Via Nazionale 133 - Tel. 0967 576750 - MONTEPAONE LIDO (CZ)



+ piùmedicina

Vedere prima, intervenire meglio:

l'evoluzione della diagnostica ecografica e gli strumenti che fanno la differenza

La medicina moderna si muove sempre più verso la prevenzione e la diagnosi precoce, perché scoprire una patologia nelle sue fasi iniziali può fare la differenza tra un trattamento semplice e un percorso complesso. In questo contesto, la diagnostica ecografica di ultima generazione sta rivoluzionando il modo in cui i medici osservano il corpo umano, ma per farlo con risultati attendibili è necessario affidarsi a strumenti che fanno la differenza.

«Le nuove tecnologie- **spiega il Responsabile del nuovo reparto di Radiologia e Diagnostica per Immagini del Med Center Dr. Francesco Manti**- ci permettono di vedere dettagli che prima erano invisibili o sfumati. Ogni immagine

è più nitida, ogni tessuto più distinguibile. Possiamo individuare anomalie minime, valutarne la natura e intervenire prima che diventino problematiche». L'ecografia evoluta non è più solo un esame di supporto: grazie a sistemi ad alta definizione, doppler avanzati e software di elaborazione tridimensionale, è uno strumento centrale per cardiologia, endocrinologia, ginecologia, neurologia e molte altre specialità. Ciò significa poter monitorare organi e tessuti con precisione millimetrica, osservando perfino la microcircolazione e i flussi sanguigni con una chiarezza impensabile fino a pochi anni fa». Un aspetto chiave di queste tecnologie è la

diagnostica predittiva: attraverso immagini dettagliate e algoritmi di intelligenza artificiale, è possibile riconoscere pattern sospetti anche in pazienti asintomatici, anticipando diagnosi che un tempo sarebbero arrivate troppo tardi. Non si tratta di sostituire il medico, ma di potenziarne la capacità di decisione. Oltre alla qualità delle immagini, l'innovazione passa anche dalla rapidità e dalla sicurezza: le nuove apparecchiature consentono esami più rapidi, meno invasivi e più confortevoli per il paziente, riducendo l'ansia e il disagio tipici di alcuni percorsi diagnostici. Vedere prima significa intervenire meglio, ogni minuto guadagnato nella diagnosi precoce può trasformarsi in trattamenti più mirati, risultati più efficaci e recuperi più rapidi. La sfida per la ricerca e l'innovazione non è solo creare macchine sempre più potenti, ma integrarle in percorsi clinici intelligenti, dove dati, immagini e competenze mediche dialogano costantemente.

«La diagnosi non è un punto d'arrivo- **continua Manti**- ma l'inizio di un percorso di cura più sicuro e personalizzato. Le nuove ecografie ci permettono di muoverci con sicurezza, prevenire complicazioni e, soprattutto, restituire ai pazienti una migliore qualità della vita. È importante però che l'esame segua un'adeguata interpretazione con uno specialista che non lasci il paziente in un percorso a metà. Ecco perché il futuro si orienta su pacchetti integrati di servizi che si prendano cura del paziente dalla prevenzione all'eventuale diagnosi e cura». In un mondo in cui la salute non tollera ritardi, la diagnostica evoluta è la frontiera che trasforma immagini in azioni concrete, offrendo la possibilità di guardare oltre la superficie e intervenire con precisione chirurgica prima ancora che si manifesti il problema.

MedCenter
CLINICA MEDICA POLISPECIALISTICA

Advanced technologies

DIAGNOSTICA ECOGRAFICA

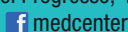
la tua ecografia in sole 24 ore

AUTORIZZAZIONE REGIONE CALABRIA N. 96/19.11.2014

MedCenter
Satriano Marina (CZ) - Via del Progresso, 4
www.medcentersalute.it



prenotazioni
0967.530337



medcenter

Polo d'eccellenza per la tua salute

Innovazione tecnologica e diagnostica per immagini:

il ruolo della risonanza magnetica aperta nella pratica clinica

La diagnostica per immagini rappresenta oggi uno degli strumenti più rilevanti per il percorso clinico-diagnostico del paziente. Negli ultimi anni, il progresso tecnologico in ambito radiologico ha portato allo sviluppo di apparecchiature sempre più sofisticate, capaci di migliorare la qualità delle immagini, l'accuratezza diagnostica e l'accessibilità agli esami.

«La radiologia moderna si fonda su tecnologie affidabili e su sistemi di acquisizione sempre più evoluti, che permettono di ottenere immagini di elevato valore diagnostico e di supportare in modo efficace il processo decisionale clinico», spiega il dottor Francesco Manti, responsabile dell'area radiologica della MedCenter di Satriano.

In questo contesto si inserisce la scelta della struttura di dotarsi di una risonanza magnetica aperta settoriale

da 0,3 Tesla OpenMark III, un sistema progettato per coniugare qualità diagnostica, accessibilità e maggiore comfort per il paziente.

A differenza delle tradizionali risonanze magnetiche a tunnel chiuso, la configurazione **aperta con struttura a C** consente una maggiore accessibilità al campo di esame e una significativa riduzione della sensazione di costrizione percepita dal paziente durante l'indagine. Questa caratteristica rende il sistema particolarmente indicato per pazienti con claustrofobia, anziani o soggetti che presentano difficoltà a tollerare ambienti chiusi.

«Una quota significativa dei pazienti che si sottopone a risonanza magnetica- continua il dottor Manti- manifesta un certo grado di apprensione, spesso legato sia al motivo clinico dell'esame sia

alla percezione di disagio durante la procedura. L'impiego di sistemi aperti permette di migliorare la tollerabilità dell'indagine e di favorire una maggiore collaborazione del paziente, elemento che contribuisce indirettamente anche alla qualità dell'esame».

Dal punto di vista tecnologico, il sistema è caratterizzato da un **campo magnetico da 0,3 Tesla**, associato a un **sistema RF digitale multicanale** e a **bobine Phased Array dedicate**, che consentono un'acquisizione efficiente del segnale e una adeguata risoluzione delle immagini. Il sistema di gradienti ad alte prestazioni contribuisce ulteriormente alla precisione delle sequenze di acquisizione, mentre tecnologie di compensazione delle interferenze, tra cui sistemi di **self-shielding ed Eddy current compensation**, permettono di ridurre artefatti e distorsioni dell'immagine.

Un ulteriore elemento di rilievo è rappresentato dalla stabilità del campo magnetico. Il magnete integra infatti sistemi avanzati di **A-shimming** e di gestione termica che garantiscono un'elevata omogeneità del campo, parametro essenziale per ottenere immagini diagnostiche stabili, riproducibili e affidabili.

Dal punto di vista clinico, la risonanza magnetica aperta settoriale da 0,3 Tesla trova ampia applicazione nella **diagnostica muscolo-scheletrica e articolare**, ambito nel quale rappresenta uno strumento efficace per lo studio delle principali patologie traumatiche, degenerative e infiammatorie dell'apparato osteoarticolare.

Presso la MedCenter è possibile eseguire indagini di risonanza magnetica su numerosi distretti anatomici, tra cui:

NUOVA APERTURA risonanza magnetica aperta

ZERO LISTE
DI ATTESA



MedCenter
RADIOLOGIA - DIAGNOSTICA PER IMMAGINI

- Sistema RF Digitale a 4 Canali
- Bobine Phased Array 4CH dedicate
- Elevata omogeneità e stabilità di campo magnetico
- Imaging di elevata qualità,

**IL DESIGN DEL NUOVO SISTEMA RM ANKE OPENMARK III
RIDUCE AL MINIMO L'ANSIA E LA CLAUSTROFOBIA DEI PAZIENTI**



MedCenter

Satriano Marina (CZ) - Via del Progresso, 4
www.medcentersalute.it



**prenotazioni
0967.530337**

Polo d'eccellenza per la tua salute

High Tech High Diagnostics



MRI



CT



X-RAY



INJECTORS



**Sistemi
Ricondizionati**

**Assistenza
tecnica**

**Parti
di ricambio**



Member Of



Specializzata nella vendita e nell'assistenza tecnica
di sistemi per la diagnostica per immagini nuovi e ricondizionati

HTS MED

Sede operativa

Via Napoli, 350 - 80053 Castellammare di Stabia (NA)

Tel: **081.19484552**

Mail: **info@htsmed.com**

www.htsmed.com

- encefalo, con protocolli di studio in condizioni basali senza somministrazione di mezzo di contrasto
- colonna vertebrale in tutti i suoi tratti, cervicale, dorsale e lombare
- ginocchio
- spalla
- bacino e anche
- caviglia e piede
- gomito e polso

Si tratta di indagini frequentemente richieste nella pratica clinica quotidiana e fondamentali per l'inquadramento diagnostico delle patologie dell'apparato osteoarticolare e neurologico di base.

«È importante sottolineare che la qualità diagnostica di un esame di

risonanza magnetica non deve essere valutata esclusivamente sulla base dell'intensità del campo magnetico - precisa il dottor Manti - le moderne tecnologie di acquisizione e l'ottimizzazione dei sistemi di ricezione del segnale consentono di ottenere immagini diagnostiche affidabili anche con apparecchiature a sistema aperto, soprattutto nello studio dell'apparato muscolo-scheletrico e in alcune indicazioni neuroradiologiche di base».

L'impiego di queste tecnologie consente inoltre di migliorare l'organizzazione dei percorsi diagnostici, favorendo una maggiore accessibilità agli esami e contribuendo alla riduzione dei tempi di attesa.

«In ambito clinico e soprattutto in ottica preventiva, la tempestività diagnostica rappresenta un elemento determinante. La possibilità di accedere rapidamente a un esame di imaging di elevata qualità consente spesso di diagnosticare precocemente una patologia e di orientare in modo più efficace il successivo percorso terapeutico. Tutto ciò partendo da un presupposto fondamentale: le tecnologie più avanzate restano strumenti che esprimono il loro pieno valore solo nelle mani di professionisti adeguatamente formati, costantemente aggiornati e orientati alla qualità del percorso diagnostico. È importante ricordare, infatti, che tali strumenti non sostituiscono lo sguardo clinico del radiologo, ma lo potenziano ».

Festa del Papà: l'idea in più è regalare prevenzione con il check-up per sportivi amatoriali

Con l'arrivo della primavera, i parchi e le strade si riempiono di runner, ciclisti e camminatori improvvisati. Il sole, l'aria fresca e la luce lunga della sera invitano a muoversi, a respirare, a sentire il corpo vivo. E i papà, spesso instancabili, non sono da meno: corrono con i figli, pedalano nel weekend, camminano lunghe distanze per tenersi attivi. Ma tra un passo e l'altro, è fondamentale chiedersi: "Il mio cuore regge davvero?" Non è paranoia, è prevenzione. Anche chi sembra in forma, anche chi pratica sport a livello amatoriale, può nascondere rischi silenziosi: pressione alta, colesterolo fuori controllo, piccole aritmie che non danno segnali evidenti. Fino a quando, senza accorgersene, il rischio c'è. Un check-up per sportivi amatoriali non è un esame da ansiosi. È una fotografia reale dello stato di salute del cuore. Una visita medica, un elettrocardiogramma, qualche esame del sangue e, se serve, un test da sforzo o un ecocardiogramma possono rivelare problemi invisibili. Non si tratta di allarmismo, ma di sicurezza

concreta: capire come reagisce il cuore sotto sforzo significa allenarsi con consapevolezza, prevenire eventi cardiovascolari e correggere abitudini rischiose prima che diventino problemi seri. Chi ha superato i 35 anni, chi ha familiari con malattie cardiovascolari o chi soffre di pressione alta e colesterolo non dovrebbe trascurare il controllo. Ma anche i giovani papà apparentemente sani possono trarre beneficio da un esame mirato: la scienza mostra che condizioni silenti possono colpire chi si muove regolarmente senza mostrare alcun sintomo. Ci sono runner amatoriali che scoprono solo grazie al check-up una leggera aritmia o valori di pressione leggermente elevati. Per loro, basta un piccolo aggiustamento negli allenamenti o nella dieta per ridurre il rischio. Senza il controllo preventivo, quei segnali sarebbero rimasti invisibili, e lo sport, che dovrebbe essere fonte di salute, sarebbe diventato un rischio inutile. Fermarsi per un controllo non significa fermarsi nello sport: significa correre più sicuri, pedalare più liberi, affrontare

salite o sprint senza ansie. Significa trasformare ogni allenamento in un gesto di cura verso se stessi. Sapere che il cuore regge lo sforzo moltiplica l'entusiasmo e rende ogni passo più leggero, ogni respiro più profondo, ogni energia più piena. Per questo, in questa festa del papà il regalo più prezioso non è un oggetto, ma la salute. Regalare un check-up per sportivi amatoriali significa dire "mi importa di te" in modo concreto. Significa assicurarsi che il papà possa continuare a giocare con i figli, pedalare nel weekend, correre senza timori e vivere appieno ogni giornata. È un dono che dura davvero, perché protegge il presente e il futuro. Prenotare un controllo cardiovascolare è un gesto semplice, immediato e potente: permette di allenarsi con sicurezza, vivere la stagione pienamente e godersi lo sport senza compromessi.





Vizi posturali da seduti:

cause, conseguenze e strategie per prevenirli

A cura di **Fabio Varano**
Terapista della riabilitazione MedCenter

A tutti noi sarà capitato di avvertire dolore o pesantezza al collo, alle spalle o alla schiena, dopo essere rimasti seduti per lungo tempo alla scrivania. Questo è un problema molto comune, in particolar modo per chi svolge lavori sedentari, favorito dal fatto che spesso si assumono posture non proprio ideali per i muscoli e per la colonna, che se mantenute a lungo possono causare rigidità e dolore.

La colonna vertebrale vista frontalmente appare dritta, ma vista di lato presenta 4 curve fondamentali per garantire una giusta distribuzione del carico sulla colonna stessa: a livello cervicale e lombare presenta due lordosi (curvature con convessità anteriore), mentre a livello dorsale e sacrale si hanno due cifosi, (curvature convesse posteriormente). Le posizioni che vanno a modificare queste curve fisiologiche portano ad un'alterata distribuzione dei carichi sulle vertebre e sui muscoli. L'atteggiamento più comune è quello di incurvare tutta la colonna in cifosi, con la tipica postura a C, e portare la testa eccessivamente in avanti rispetto alla linea del tronco. Questa posizione porta a ingobbirsi, aumenta eccessivamente la cifosi dorsale provocando una perdita della lordosi lombare, che può appiattirsi o addirittura diventare anch'essa cifotica.

Quando la testa viene mantenuta in avanti rispetto l'asse del tronco (iperlordosi cervicale) i muscoli e le strutture articolari devono sostenere un peso maggiore, aumentando il rischio di rigidità e dolore. Inoltre, questo atteggiamento ci costringe

spesso a mantenere il mento sollevato quando siamo davanti a uno schermo per guardarlo, sovraccaricando ulteriormente i muscoli deputati all'estensione del capo. Per evitare questi problemi, l'ideale è mantenere una postura che rispetti il più possibile le curve fisiologiche della colonna, facendo attenzione a mantenere la testa in asse col tronco. Alcuni utili accorgimenti sono:

Posizione dei piedi: devono poggiare bene a terra. Se necessario, utilizzare un poggipiedi.

Posizione delle ginocchia: devono essere in linea con le anche o leggermente più in basso (angolo tra coscia e tronco di circa 90°-100°).

Seduta corretta: sedersi in fondo alla sedia, appoggiare bene tutta la schiena allo schienale, che dovrebbe rispettare le curve naturali della colonna (altrimenti usare cuscino per la zona lombare) mantenendo attiva la muscolatura del tronco per garantire il giusto allineamento.

Posizione delle braccia: per non sovraccaricare i muscoli del collo e delle spalle, gli avambracci vanno poggiati sulla scrivania o sui braccioli, facendo attenzione rilassare e a non sollevare troppo

e le spalle (angolo di circa 90° tra il braccio e l'avambraccio).

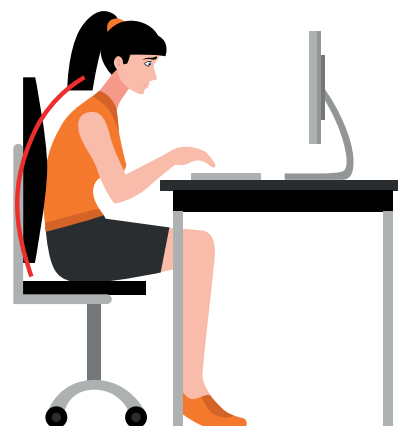
Posizione dello schermo: se si lavora al computer, lo schermo dovrebbe essere posizionato in modo che la parte superiore sia circa all'altezza degli occhi, per evitare di dovere alzare o abbassare troppo la testa.

È importante sottolineare che anche una postura ideale, se mantenuta per molte ore, può portare rigidità muscolare. Il corpo umano, infatti, è progettato per muoversi, non per rimanere seduti a lungo, nonostante le nostre abitudini e i lavori sedentari ci costringono a farlo. Diversi studi mostrano come anche la pressione sui dischi intervertebrali tende ad aumentare in posizione seduta rispetto a quella in piedi, soprattutto in posture poco ergonomiche. Per questo motivo è fondamentale alzarsi spesso dalla sedia (almeno ogni 30 minuti), anche solo per pause brevi, muoversi e rimanere attivi. Oltre a questi accorgimenti, un'attività molto utile per prevenire e alleviare il dolore muscolare legato alla sedentarietà è rappresentata dalla rieducazione posturale, che utilizza esercizi mirati di rinforzo, allungamento e consapevolezza muscolare, per aiutare correggere squilibri posturali e a migliorare il benessere fisico generale.

POSTURA CORRETTA



POSTURA SCORRETTA



La “Gobba del Bisonte”: segnale estetico o campanello metabolico?

A cura del **Dott. Domenico Mammone**

Medicina Fisica e Riabilitativa Clinica Polispecialistica MedCenter

Un rigonfiamento alla base del collo, tra la settima vertebra cervicale e l'inizio del dorso. Per molti è solo un inestetismo, un dettaglio che altera il profilo e appesantisce la postura. Ma quella che comunemente viene definita “**gobba del bisonte**” può essere molto più di una semplice questione estetica. Si tratta di un accumulo adiposo localizzato in sede cervicale che, in alcuni casi, può rappresentare la spia di uno squilibrio metabolico o endocrino. Non sempre è solo grasso in eccesso dovuto a postura scorretta o sovrappeso, ma può essere associata a disfunzioni

ormonali, alterazioni del cortisolo, problemi tiroidei o condizioni di insulino-resistenza. La valutazione, quindi, non può fermarsi allo specchio. Serve un approccio clinico che integri esame posturale, analisi della composizione corporea ed eventuali approfondimenti endocrinologici.

Quali sono le cause?

1 Postura scorretta: una causa per cui si viene a creare il gibbo del bisonte è data da uno squilibrio tra muscolatura anteriore e posteriore del collo, dove la

prima predomina sulla seconda andando quindi a determinare un atteggiamento di verticalizzazione e anteversione del distretto cervicale. A questo quindi, come meccanismo di compenso, avviene il blocco in posteriorità delle prime vertebre toraciche che si bloccano indietro per evitare di “cadere” in avanti. Questo quindi genera un ancora più evidente scalino nella zona cervico-dorsale.

2 Obesità e aumento di peso; quando il corpo accumula grasso, può distribuirlo anche in zone insolite, come la parte alta della schiena.

3 Squilibri ormonali; alcune patologie, come la *sindrome di Cushing* (caratterizzata da un eccesso di cortisolo), favoriscono la deposizione di grasso in punti specifici del corpo.

4 Terapie farmacologiche; l'uso prolungato di **corticosteroidi** possono modificare la distribuzione del grasso.

5 Fenomeni di irritazione delle radici nervose delle vertebre coinvolte (fenomeni quindi anche di cervicobrachialgia e discopatie varie)

Come influisce la cattiva respirazione sulla gobba di bisonte?

Una alterata meccanica respiratoria legata al muscolo principale della respirazione, il diaframma, può coinvolgere, in modo errato, la muscolatura cervicale e i muscoli accessori del collo. Ciò comporta un irrigidimento, dell'ultima vertebra cervicale (C7) e delle prime vertebre dorsali (D1-D2-D3), A seguito di tale “blocco meccanico”. La fibrosità e adiposità dei tessuti che ne consegue darà origine, proprio in questa regione, alla “gobba di bisonte”.



MedCenter
CLINICA MEDICA POLISPECIALISTICA

**RIABILITAZIONE
FISIOTERAPIA
ORTOPEDIA
FISIATRIA**

AUTORIZZAZIONE REGIONE CALABRIA N. 96/19.11.2014

MedCenter
Satriano Marina (CZ) - Via del Progresso, 4
www.medcentersalute.it

prenotazioni
0967.530337

Polo d'eccellenza per la tua salute

Come si può intervenire sulla gobba di bisonte?

Le terapie efficaci sono molteplici:

Cambiamenti nello stile di vita come la perdita di peso controllata

Trattamenti fisioterapici

1 Sedute di tecarterapia mirata a "sciogliere" le tensioni nella zona ed a migliorare la circolazione sanguigna

2 Massaggi seguiti da esercizi di allungamento della muscolatura cervicale e dorsale.

3 Esercizi posturali per ricreare i corretti allineamenti delle vertebre cervicali.

4 Esercizi specifici per migliorare la funzionalità respiratoria ed il rilassamento del diaframma.

5 Esercizi di rinforzo dei muscoli dorsali e cervicali

Trattamento della causa scatenante

Se la gobba è legata a un farmaco o a un disturbo ormonale, il medico può intervenire regolando la terapia o avviando un percorso specifico.

Trattamenti di medicina estetica

In alcuni casi, quando l'accumulo è molto localizzato e persistente, si può ricorrere a:

- liposuzione della zona
- lipoaspirazione laser

C'è poi il consiglio che può essere messo in pratica ogni giorno: sforzarsi di correggere le posizioni scorrette che quotidianamente

facciamo assumere al corpo e soprattutto al tratto cervicale.

La gobba del bisonte non è solo un problema estetico ma a volte rappresenta un segnale importante del nostro corpo. Capirne le cause, parlarne con un professionista e impostare il percorso giusto permette non solo di migliorare l'aspetto fisico, ma anche la salute generale.



I negozi di abbigliamento e accessori trendy ti aspettano ogni giorno con nuove proposte.

YES°ZEE

MONTEPAONE (CZ)
Centro Commerciale "Le Vele"

OMONIMO
URBAN FASHION

Guidata da **Rifugio S.r.l.**,
una realtà che trasforma la passione per la qualità
in **un'esperienza quotidiana**: i supermercati Rossotono.

supermercati **rossotono** market

di Massimo Paoletti



PUNTI VENDITA

SOVERATO

Via Cimarosa

DAVOLI

Via Corrado Alvaro

VUOI RICEVERE LE NOSTRE
INIZIATIVE PROMOZIONALI?

Memorizza il nostro numero su whatsapp e
richiedi l'iscrizione inviandoci un messaggio.



+39 345 981 6825



Seguici sui canali social



Eccellenze della Medicina Calabrese:

Il Prof. Giuseppe Ciconte, il medico che dialoga con il cuore

Ci sono medici che curano e poi ci sono medici che ascoltano ciò che non si sente: il battito impercettibile, l'aritmia silenziosa, quell'istante in cui il cuore decide di perdere il ritmo. Il prof. Giuseppe Ciconte appartiene a questa seconda categoria: specialisti che non inseguono il sintomo, ma intercettano il rischio prima che diventi destino. Calabrese di origine, formazione internazionale, oggi è uno dei riferimenti italiani nel campo dell'aritmologia. Ricopre il ruolo di specialista cardiologo-aritmologo nell'Unità operativa di aritmologia ed Elettrofisiologia dell'IRCCS Policlinico San Donato di Milano ed è professore associato in malattie dell'apparato cardiovascolare dell'Università Vita-Salute San Raffaele. Il suo campo è quello delle aritmie cardiache, territorio delicato e complesso dove la tecnologia incontra la precisione chirurgica e la ricerca scientifica si traduce in vita salvata. La sua attività clinica è centrata sulla prevenzione e sul trattamento delle principali patologie cardiovascolari. Come primo operatore esegue procedure di ablazione transcatetere per il trattamento delle aritmie, una tecnica mininvasiva che consente di intervenire direttamente sui circuiti elettrici responsabili del disturbo del ritmo cardiaco. Ogni procedura è un equilibrio millimetrico tra conoscenza anatomica e mappatura elettrica, tra esperienza e innovazione. Accanto all'ablazione, Ciconte esegue impianti

di pacemaker, defibrillatori e dispositivi per la resincronizzazione cardiaca nei pazienti affetti da scompenso cardiaco. Strumenti che non rappresentano soltanto tecnologia, ma possibilità concreta di stabilità e sicurezza per chi vive con un cuore fragile. Particolare attenzione è dedicata alla fibrillazione atriale, una delle aritmie più diffuse e potenzialmente pericolose e allo studio della sindrome di Brugada, condizione genetica associata al rischio di morte cardiaca improvvisa. In questi ambiti il suo contributo scientifico è riconosciuto a livello internazionale. Il percorso accademico racconta la solidità di una vocazione costruita con metodo. Laurea in medicina e chirurgia all'Università Vita-Salute San Raffaele di Milano nel 2008 con pieni voti e menzione onorifica, specializzazione in cardiologia nel 2014 nello stesso Ateneo. A completare la formazione, l'esperienza internazionale come Fellow in Electrophysiology presso l'Università di Bruxelles, dove consegue il titolo di dottore di ricerca (PhD) in scienze mediche. La ricerca è parte integrante della sua identità professionale. Partecipa come Principal Investigator e Co-Investigator a studi multicentrici internazionali e a protocolli di ricerca interni all'Istituto, contribuendo allo sviluppo di nuove tecnologie di mappatura cardiaca e ablazione. Le sue pubblicazioni su riviste scientifiche di alto impatto rappresentano un



punto di riferimento nel panorama dell'elettrofisiologia moderna.

Membro della Società Italiana di Cardiologia (SIC), dell'Associazione Nazionale Medici Cardiologi Ospedalieri (ANMCO) e della European Heart Rhythm Association (EHRA), branca della Società Europea di Cardiologia (ESC), il professor Ciconte incarna una medicina che non conosce confini geografici ma resta profondamente legata alle proprie radici. Ed è anche questo il valore aggiunto della sua storia: rappresentare un'eccellenza della medicina calabrese capace di affermarsi nei più prestigiosi centri italiani e internazionali senza mai perdere il senso di appartenenza. Nel suo lavoro convivono due dimensioni: la precisione tecnologica e la responsabilità umana. Perché intervenire sul cuore significa intervenire sul tempo, sulle possibilità, sulle vite.



Katamedica, opera nel settore della strumentazione per la fisioterapia, fitness medicale e riabilitazione, grazie al rapporto creato negli anni con la clientela l'azienda rappresenta marchi leader a livello mondiale come **INDIBA®**, **EMS**, **Laserix**, **TecnoBody**, **FlyconPower** e molti altri.

La nostra offerta è sempre basata sulle reali necessità dei nostri interlocutori, così da soddisfare sempre le aspettative.

 KATAMEDICA S.R.L.

Via Don Bosco, 38
95030 Gravina di Catania (CT)

 +39 095 7252030

 +39 095 7257128

 katamedica@katamedica.it



Criolipolisi: il freddo che elimina il grasso

Ridurre il grasso localizzato senza bisturi, senza aghi e senza tempi di recupero: è la promessa della criolipolisi, trattamento non invasivo che negli ultimi anni ha conquistato sempre più attenzione. Ma funziona davvero e per chi è indicato?

«Il principio» spiegano gli esperti di MedEstetica centro di riferimento della medicina estetica in Calabria: è scientifico e consolidato: le cellule adipose sono particolarmente sensibili agli stress termici. Esponendole a temperature controllate, cristallizzano e vanno incontro a una morte programmata, chiamata apoptosi. Il corpo elimina poi i residui attraverso le normali vie linfatiche ed epatiche, come avviene con i grassi introdotti con l'alimentazione».

Il processo è graduale. Già nei primi due giorni inizia la morte programmata degli adipociti, mentre tra la seconda e la quarta settimana i macrofagi, cellule del sistema immunitario, completano l'eliminazione delle cellule danneggiate. I primi risultati sono visibili dopo 15-20 giorni, ma l'esito definitivo si raggiunge solo dopo due-tre mesi. «Eliminando parte degli adipociti» si spiega dalla clinica di Satriano: la capacità della zona trattata di accumulare

nuovo grasso si riduce, garantendo un effetto duraturo. Il trattamento è indicato soprattutto per chi ha accumuli adiposi localizzati su addome, fianchi, glutei, interno ed

esterno cosce, braccia o doppio mento. Non è adatto, invece, a chi è in forte sovrappeso o presenta rilassamento cutaneo significativo. La criolipolisi non è infatti una scorciatoia miracolosa. È un metodo scientificamente validato per armonizzare la silhouette in modo graduale e sicuro:

Una seduta dura generalmente dai 45 ai 70 minuti. Un manipolo ergonomico viene applicato sulla zona da trattare; la pelle, protetta da gel anticongelante, viene leggermente aspirata e raffreddata a temperature calibrate. Durante il trattamento si possono percepire sensazioni di freddo o tensione cutanea: «Sono fastidi temporanei» continuano i medici: del tutto compatibili con la sicurezza della procedura. Al termine della seduta, possono comparire arrossamenti, formicolii o sensazioni di calore o freddo localizzati, che normalmente scompaiono entro poche ore.

I risultati si consolidano con alcuni accorgimenti post-trattamento: idratazione costante, attività fisica regolare, dieta equilibrata povera di grassi saturi e protezione solare

DURATA DEI RISULTATI E ACCORGIMENTI POST-TRATTAMENTO

I benefici della criolipolisi non si limitano alla temporanea riduzione del grasso: "La perdita di adipociti è permanente", spiegano gli esperti. Riducendo il numero di cellule adipose, si diminuisce anche la capacità del tessuto di accumulare nuovo grasso, rendendo più difficile il recupero del volume nelle aree trattate.

Il trattamento non si esaurisce nella seduta, nei giorni successivi è necessario seguire alcune precauzioni per garantire sicurezza ed efficacia: evitare sauna, bagno turco o idromassaggio nella settimana successiva, per non aggravare eventuali ematomi o sensazioni di fastidio, e sospendere trattamenti estetici con laser per almeno due settimane.

Anche le abitudini quotidiane giocano un ruolo importante. Gli esperti raccomandano di:

- Applicare protezione solare 50+ SPF nelle zone trattate esposte al sole, per prevenire infiammazioni e pigmentazioni indesiderate.
- Seguire una dieta ipocalorica e povera di grassi saturi, per non sovraccaricare fegato e reni.
- Praticare attività fisica regolare almeno nei primi tre mesi, per tonificare i tessuti e consolidare i risultati.
- Bere almeno due litri d'acqua al giorno per favorire la diuresi.
- Ridurre il consumo di sale per evitare ritenzione idrica.
- Inserire nella dieta alimenti ricchi di fibre, come cereali integrali, frutta e verdura, per facilitare l'eliminazione dei grassi.



nelle aree trattate». Gli esperti sconsigliano sauna, bagno turco e trattamenti laser per almeno due settimane.

Ci sono però anche controindicazioni precise, ecco perché è necessario affidarsi a centri dalla professionalità comprovata.

«La criolipolisi - concludono gli esperti - non è consigliata in gravidanza o allattamento, in caso di crioglobulinemia, patologie epatiche o renali gravi, presenza di pacemaker, ernie nella zona da trattare o fenomeno di Raynaud, malattia che provoca problemi di circolazione al freddo.

È un approccio moderno, scientificamente validato e sicuro, che permette di ottenere risultati naturali senza interventi chirurgici. Chi desidera armonizzare la silhouette può trovare nella criolipolisi un metodo efficace, ma deve avere aspettative realistiche e seguire attentamente le indicazioni post-trattamento.»

Dietro la promessa di una silhouette rimodellata senza bisturi ci quindi dei limiti, controindicazioni e rischi che non vanno ignorati. La criolipolisi funziona solo se praticata da professionisti qualificati, rispettando protocolli rigorosi, e se il paziente è consapevole che il risultato richiede tempo, pazienza e attenzione.

In un mercato dell'estetica spesso invaso da pubblicità ingannevoli e aspettative irrealistiche, informarsi resta l'unico antidoto. «Prima di decidere - concludono gli specialisti - bisogna confrontarsi con medici che siano in grado di tracciare la strada più adatta. Perché anche il freddo, per quanto tecnologico e controllato, non può sostituire la prudenza, la consapevolezza e il buon senso».

Dopo il freddo, il calore delle abitudini

Il freddo può ridurre il grasso. Ma è il metabolismo che decide cosa farne. La criolipolisi, oggi tra i trattamenti non invasivi più richiesti per eliminare le adiposità localizzate, funziona attraverso un principio scientifico preciso: il raffreddamento controllato induce l'apoptosi delle cellule adipose, che vengono poi eliminate gradualmente dall'organismo nelle settimane successive. Tuttavia, il risultato non dipende solo dal macchinario. Dipende dal corpo. Quando le cellule adipose vengono "cristallizzate", l'organismo attiva un processo naturale di smaltimento attraverso sistema linfatico e fegato. Se il metabolismo è lento, se l'alimentazione è squilibrata o se la sedentarietà rallenta il drenaggio, il processo può risultare meno efficace. Ecco perché oggi la criolipolisi più evoluta non si limita al trattamento in cabina, ma si inserisce in un percorso integrato di nutrizione e fitness. L'integrazione nutrizionale gioca un ruolo chiave. Un piano alimentare mirato, calibrato sulle esigenze metaboliche individuali, aiuta a stabilizzare i livelli insulinici, ridurre l'infiammazione sistemica e sostenere la funzionalità epatica. Proteine adeguate preservano la massa magra, una corretta idratazione favorisce il drenaggio, mentre un apporto controllato di carboidrati evita nuovi accumuli nelle aree trattate. Non si tratta di dieta restrittiva, ma di educazione metabolica. Dopo la criolipolisi, il corpo è in una fase di rimodellamento: accompagnarlo significa consolidare il risultato. Accanto alla nutrizione, il movimento è il secondo pilastro. L'attività fisica stimola la circolazione, potenzia il sistema linfatico e accelera il consumo dei lipidi mobilizzati. Programmi personalizzati di allenamento, dalla tonificazione muscolare al lavoro cardiovascolare, migliorano la composizione corporea e ridefiniscono le aree trattate. Il fitness non serve solo a "bruciare", ma a ridisegnare. Aumentare la massa muscolare significa innalzare il metabolismo basale, rendendo più stabile nel tempo il risultato ottenuto con la criolipolisi.

L'**approccio integrato** cambia la prospettiva: non un trattamento isolato, ma un percorso. Non una soluzione rapida, ma una strategia strutturata. La combinazione tra tecnologia, nutrizione e allenamento permette di intervenire sulle adiposità localizzate e, contemporaneamente, migliorare l'equilibrio metabolico generale. La criolipolisi elimina le cellule adipose trattate. La nutrizione impedisce che si riformino. Il fitness scolpisce e consolida. In un'epoca in cui il benessere è sempre più multidisciplinare, il rimodellamento corporeo non è più un atto singolo, ma un lavoro di squadra tra medicina estetica, scienza dell'alimentazione e movimento consapevole. Perché il freddo può iniziare il cambiamento. Ma è lo stile di vita a renderlo definitivo.





Acne in inverno, strategie per ogni età: ormoni, alimentazione, terapie innovative.



Dott.ssa Assunta Riitano
Specialista in Dermatologia

L'inverno è la stagione delle sciarpe alte, dei fondotinta più coprenti e degli specchi evitati al mattino. È anche il periodo in cui l'acne, per molti, sembra farsi più insistente. La pelle si ispessisce, la produzione di sebo non si ferma, l'infiammazione può accentuarsi. E ciò che spesso consideriamo un semplice "problema adolescenziale" si rivela, in realtà, una condizione complessa che attraversa le età e racconta molto più della superficie cutanea.

L'acne è la malattia della pelle più diffusa al mondo: interessa dall'80% al 95% degli adolescenti, con un picco tra i 14 e i 17 anni nelle ragazze e tra i 16 e i 19 nei ragazzi. Ma nel 40-60% dei casi persiste oltre l'adolescenza. E quando resta, lascia segni non solo sulla pelle, ma sull'autostima, sulle relazioni, sulla percezione di sé.

Una malattia multifattoriale

L'acne è una patologia delle ghiandole sebacee. Le lesioni - papule, pustole, cisti, comedoni, brufoli e talvolta cicatrici - compaiono soprattutto su viso, collo e parte superiore del

tronco, dove le ghiandole sebacee sono più concentrate.

La sua origine è multifattoriale: genetica, ormonale, alimentare, cosmetica. Non esiste "un'unica causa", ma un intreccio di fattori che si combinano in modo diverso da persona a persona.

Il ruolo degli ormoni: non solo androgeni

Prima della pubertà le ghiandole sebacee sono poco attive. Con l'aumento degli androgeni, a partire dai 9 anni circa, si attiva la produzione di sebo. Questo è il primo anello della catena.

La sequenza più accreditata è:

- 1 **Aumento degli androgeni maggiore produzione di sebo**
- 2 **Proliferazione di Cutibacterium acnes nella ghiandola ostruita**
- 3 **Reazione infiammatoria del sistema immunitario**

Ma oggi sappiamo che non tutti i pazienti acneici hanno androgeni "fuori norma". In molti casi i livelli ormonali sono perfettamente compatibili con l'età.

Si è aperto allora un altro capitolo: quello dell'insulina.

Acne e insulina: il legame nascosto

Negli ultimi anni la ricerca ha individuato nell'asse insulinico un possibile protagonista della patogenesi dell'acne. L'insulina stimola un complesso cellulare chiamato mTORC1, che regola crescita e metabolismo cellulare. Quando è iperattivo, favorisce la produzione di lipidi nelle ghiandole sebacee e sostiene l'infiammazione. Non a caso, lo stesso pathway è coinvolto in condizioni come sindrome metabolica, insulino-resistenza e obesità. Questo spiega anche l'associazione frequente tra acne e sindrome dell'ovaio policistico (PCOS).

L'acne è un'infezione?

Cutibacterium acnes è un batterio normalmente presente sulla nostra pelle. Non è un "nemico esterno", ma un commensale. Il problema nasce quando si altera l'equilibrio del microbiota cutaneo (disbiosi).

Omnia Net

Information Technology

di Lagrotteria Walter Giovanni

.it

Serra San Bruno (VV)
N +39 0963 772807
E info@omnianet.it
D www.omnianet.it





MedEstetica

**Clinica di
medicina estetica
chirurgia estetica
dermatologia**

**La vostra destinazione
per la Bellezza
e il Benessere**



Satriano Marina, Via del Progresso, 4 
Centralino 0967 620794 - 380 6939212 

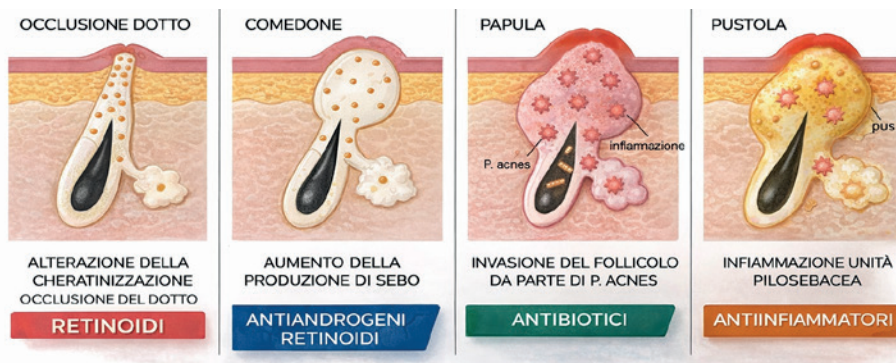
info@medestetica.clinic 

www.medestetica.clinic 

medestetica 

Med Estetica 

Direttore Sanitario
Dr. DOMENICO MAMMONE



Devo fare esami?

Prima di tutto è utile valutare lo stile di vita e le abitudini alimentari, anche attraverso un diario di 3-7 giorni da analizzare con un professionista.

Un parametro semplice ma indicativo di possibile insulino-resistenza è la circonferenza addominale:

- Donne: non oltre 80 cm
- Uomini: non oltre 94 cm

Oppure il rapporto circonferenza/altezza: se $\geq 0,5$ può indicare obesità viscerale anche in soggetti normopeso.

Strategie dermatologiche per ogni età

L'approccio moderno all'acne è personalizzato e integrato:

- Retinoidi topici o sistemici per normalizzare la cheratinizzazione
- Terapie anti-infiammatorie mirate
- Modulazione ormonale nei casi selezionati
- Attenzione alla dieta e al metabolismo
- Riduzione dell'uso indiscriminato di antibiotici

L'obiettivo non è solo spegnere il brufolo, ma ristabilire equilibrio.

Una nuova consapevolezza

L'acne non è soltanto un disturbo della pelle. È un segnale che coinvolge ormoni, microbiota, metabolismo e stile di vita.

In inverno, quando la pelle sembra più fragile, diventa ancora più importante ascoltarla. Perché trattare l'acne significa non fermarsi alla superficie, ma comprendere ciò che accade sotto. E intervenire, con competenza e misura, prima che lasci segni più profondi.

Oggi sappiamo che:

- Esistono ceppi di *C. acnes* pro-infiammatori e altri associati a pelle sana.
- La composizione del sebo influenza la loro crescita.
- Batteri come *Staphylococcus epidermidis* possono avere un ruolo protettivo.

Questo sta portando a rivedere l'uso prolungato di antibiotici sistemici, anche per evitare fenomeni di antibiotico-resistenza.

C'entra la dieta?

Per anni la relazione tra acne e alimentazione è stata controversa. Oggi la vision è più chiara: non è il singolo alimento, ma l'insieme dello stile alimentare a fare la differenza. Le evidenze indicano che una dieta occidentale ricca di:

- carboidrati ad alto indice glicemico
- zuccheri semplici
- latte e derivati
- grassi saturi

squilibrio tra omega-6 e omega-3 può favorire sia l'insorgenza sia il peggioramento dell'acne.

Gli alimenti ad alto indice glicemico determinano picchi glicemici e

insulinici rapidi. L'insulina, a sua volta, attiva mTORC1 e stimola la produzione di sebo. Anche alcuni aminoacidi presenti nel latte - in particolare leucina, lisina e valina - hanno un potente effetto insulinogenico.

Al contrario, una dieta equilibrata, con prevalenza di:

- verdure
- legumi
- cereali integrali
- frutta non eccessivamente matura
- pesce ricco di omega-3

favorisce un migliore equilibrio metabolico e infiammatorio.

Acne in inverno: cosa cambia?

Durante i mesi freddi la pelle tende a disidratarsi e ispessirsi. Il freddo può alterare la barriera cutanea, mentre ambienti riscaldati e meno ventilati favoriscono accumulo di sebo e occlusione dei pori.

In inverno è fondamentale:

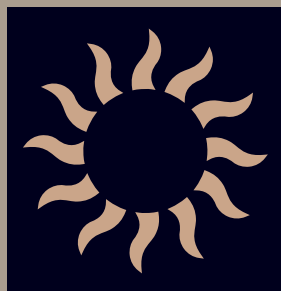
- mantenere una detersione delicata ma costante
- evitare cosmetici occlusivi
- idratare la pelle con prodotti non comedogenici
- non sospendere terapie dermatologiche senza indicazione medica



Confagricoltura
Catanzaro

Agroced s.r.l.

Convenzionato C.A.A. CONFAGRICOLTURA S.r.l.



COMPAGNIA DELLA BELLEZZA
HAIR COLLECTION

EMILIO BATTAGLIA



📍 Via Ionio, 14 - 88068 SOVERATO (CZ) ☎ 0967 227712
✉ battaglia@cdbmail.com 📷 emiliobattaglia_cdbsoverato

+ più medicina estetica

Medicina rigenerativa estetica: **biostimolazione e lifting temporale del sopracciglio, le nuove frontiere anti-aging**

L'anti-aging non è più una questione di riempimenti evidenti o cambiamenti drastici. La medicina estetica contemporanea sceglie un approccio più evoluto: stimolare, rigenerare, armonizzare. L'obiettivo non è trasformare i lineamenti, ma accompagnarli nel tempo, sostenendo i processi biologici della pelle.



La biostimolazione rappresenta uno dei pilastri di questa filosofia. Attraverso microinfiltrazioni di

sostanze biocompatibili si riattivano i fibroblasti, le cellule responsabili della produzione di collagene ed elastina. Con il passare degli anni la pelle perde compattezza, tono e luminosità; intervenire in modo rigenerativo significa favorire un miglioramento progressivo della qualità cutanea, senza alterare i volumi naturali del volto. Il risultato non è immediatamente eclatante, ma graduale, naturale, coerente con l'identità del paziente. La pelle appare più tonica, idratata, compatta. Le rughe sottili si attenuano, la texture migliora, la luminosità si uniforma. È un lavoro di profondità che sostiene la struttura dermica nel tempo. Tra le richieste più frequenti nell'ambito del ringiovanimento del terzo superiore del volto c'è il **lifting temporale del sopracciglio**, una procedura che consente di sollevare delicatamente la coda del sopracciglio e aprire lo sguardo. Con il rilassamento dei tessuti, infatti, la parte laterale dell'arcata sopracciliare tende ad abbassarsi,

conferendo un'espressione stanca o appesantita. Attraverso tecniche mirate, che possono prevedere l'uso di sostanze biostimolanti o modulatori muscolari in punti strategici, si ottiene un effetto lift naturale, capace di ridefinire l'area temporale senza irrigidire l'espressività. Il sollevamento è discreto ma efficace: lo sguardo risulta più fresco, più disteso, più giovane, senza perdere autenticità. L'integrazione tra biostimolazione e armonizzazione del sopracciglio consente un risultato globale: non si tratta di intervenire su una singola ruga, ma di riequilibrare proporzioni e dinamiche del volto. Il miglioramento è tridimensionale e progressivo. La medicina rigenerativa estetica segna così un cambio di paradigma. Non rincorre l'effetto immediato, ma investe sulla qualità biologica dei tessuti. Non sovrappone, ma stimola. Non altera, ma sostiene. In questo nuovo scenario, il vero anti-aging non è fermare il tempo, ma renderlo più gentile con i nostri lineamenti.



Viale Europa
(Laganosa), 196
SATRIANO MARINA (CZ)
Tel. 0967 620148



Laboratorio

IPPOCRATE

codice regionale SSA143

**LABORATORIO DI ANALISI
CHIMICO CLINICHE
GENETICA E
ANATOMIA PATOLOGICA**

**info@ippocratelab.it
tel. 0961.720742**

I NOSTRI PUNTI PRELIEVO



CATANZARO



BOTRICELLO



CHIARAVALLE C.LE



DECOLLATURA

Allenamento medico integrato: prevenzione primaria e secondaria nel modello MedCenter

Il concetto di salute sta cambiando: oggi non basta correre, nuotare o andare in palestra. La vera differenza la fanno gli approcci integrati che uniscono **movimento, valutazioni cliniche e prevenzione mirata**. È in questo contesto che nasce il modello di allenamento medico integrato, pensato per conciliare sport, salute e prevenzione cardiovascolare, metabolica e muscoloscheletrica.

L'**allenamento medico integrato** parte da una diagnosi precisa dello stato di salute del paziente o sportivo. Si tratta di un approccio personalizzato, dove ogni esercizio, ogni sessione di training e ogni programma nutrizionale è calibrato sulla base di esami clinici, test funzionali e valutazioni cardiologiche. Questo permette di intervenire in modo mirato sia nella prevenzione primaria, cioè

prevenire l'insorgenza di malattie in soggetti sani ma a rischio, sia nella prevenzione secondaria, cioè ridurre le complicanze e migliorare la qualità di vita di chi ha già patologie croniche o cardiovascolari. Nel modello Med Center, il percorso inizia con una valutazione completa: anamnesi familiare e personale, esami ematochimici, controllo della pressione, elettrocardiogramma, test da sforzo e valutazioni posturali e funzionali. Solo dopo questa fase il professionista definisce il programma di allenamento medico. L'obiettivo non è solo migliorare la performance, ma anche ridurre i rischi cardiovascolari, metabolici e ortopedici. Ogni attività fisica viene modulata in base alle capacità individuali e ai risultati dei test: dalla camminata controllata alla corsa su tapis roulant con monitoraggio, dal lavoro di forza con supervisione alla ginnastica posturale.



La prevenzione primaria mira a ridurre l'insorgenza di malattie cardiovascolari, diabete, ipertensione o obesità. È il caso del soggetto apparentemente sano, con fattori di rischio silenti come pressione borderline o colesterolo alto. L'allenamento medico, in combinazione con interventi nutrizionali e check-up regolari, riduce significativamente la probabilità che questi fattori evolvano in patologie conclamate.

La prevenzione secondaria, invece, è pensata per chi ha già avuto un evento cardiovascolare, come infarto o ictus, o soffre di patologie croniche come diabete o ipertensione. In questo caso, il training medico integrato riduce le ricadute, migliora

HAI BISOGNO DI UN'ASSICURAZIONE CHE TI FACCIA RISPARMIARE?



**trova la polizza su
misura per te!**

DAVOLI MARINA (CZ)
VIALE CASSIODORO 149
INFO@COMUNICASSICURAZIONI.IT
0967 812119

- **Offerta RC Auto;**
- **Polizza casa;**
- **Polizza eventi catastrofali;**
- **Polizza impresa;**
- **Assicurazione sulla vita;**
- **Rimborso spese mediche da malattie, infortuni e parto;**
- **Ecc.**

scopri le offerte delle nostre compagnie



la capacità cardiovascolare, preserva la massa muscolare e favorisce l'autonomia nella vita quotidiana. La supervisione continua del team medico garantisce che ogni sessione sia sicura e calibrata sul singolo paziente.

Il **modello Med Center** integra specialisti diversi: cardiologi, fisioterapisti, nutrizionisti, preparatori atletici e medici dello sport lavorano insieme. Questa sinergia permette di avere un percorso unico, dove prevenzione e allenamento si completano a vicenda. Non si tratta di sport fine a se stesso, ma di un vero e proprio protocollo clinico personalizzato, in cui la performance fisica e la salute diventano un unico obiettivo.

Allenamento medicale integrato significa quindi andare oltre il fitness tradizionale. È movimento sicuro, personalizzato, sostenuto dalla scienza e dalla prevenzione. È la chiave per vivere più a lungo, più attivi e più sicuri. Nel modello Med Center, ogni esercizio, ogni controllo e ogni sessione diventano strumenti concreti per proteggere il cuore, il metabolismo e le articolazioni, in un percorso continuo di salute e benessere.



MedCenter
CLINICA MEDICA POLISPECIALISTICA

convenzionato con

LND
CALABRIA

AUTORIZZAZIONE REGIONE CALABRIA N. 86/19.11.2014

MEDICINA DELLO SPORT

- CERTIFICAZIONE DI IDONEITÀ SPORTIVA AGONISTICA
- CERTIFICAZIONE DI IDONEITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA
- VALUTAZIONE FUNZIONALE DELL'ATLETA
- PROGRAMMI DI TRAINING PERSONALIZZATO
- CERTIFICAZIONE IDONEITÀ PER PARTECIPAZIONE CONCORSO MINISTERO DIFESA/ CONCORSI NELLE FORZE ARMATE

MedCenter
Satriano Marina (CZ) - Via del Progresso, 4
www.medcentersalute.it  medcenter

 **prenotazioni**
0967.530337

Polo d'eccellenza per la tua salute



In molti vendono auto,
noi ti accompagniamo nella
scelta con professionalità per
rendere l'acquisto un'esperienza
consapevole e piacevole

DIAMO FORMA AI TUOI DESIDERI

G-AUTO
il massimo del piacere

Viale Lucrezia della Valle, 106
88100 CATANZARO
 info@g-auto.it  0961 025842  

Allenarsi insieme: quando il fitness diventa comunità. La formula vincente scelta dall'Exclusive Fitness Center di Satriano Marina

A cura di Salvatore Bruno

C'è un momento preciso in cui la palestra smette di essere soltanto un luogo dove allenarsi. Succede quando il ritmo della musica riempie la sala, gli esercizi si sincronizzano e le persone iniziano a muoversi insieme, condividendo fatica, energia e sorrisi. È lì che il fitness cambia volto e diventa qualcosa di più: un'esperienza collettiva capace di creare una comunità. Negli ultimi anni i corsi di gruppo sono diventati tra le attività più frequentate nei fitness club. Sempre più persone scelgono di allenarsi insieme, trasformando l'esercizio fisico in un momento di condivisione. Non si tratta soltanto di un modo diverso di fare sport, ma di un vero cambiamento culturale nel modo di vivere il benessere. "Allenarsi insieme significa prima di tutto motivazione", spiegano i responsabili dell'**Exclusive Fitness Center di Satriano Marina**, punto di riferimento per chi desidera prendersi cura del proprio benessere. La presenza degli altri crea un'energia che difficilmente si riesce a replicare da soli. Il ritmo del gruppo, l'incoraggiamento dell'istruttore e la condivisione della fatica diventano una spinta naturale a dare qualcosa in più, anche nelle giornate in cui la motivazione personale potrebbe vacillare. Ma

c'è un altro elemento altrettanto importante: la responsabilità reciproca. Quando si partecipa regolarmente a un corso, si diventa parte di un piccolo gruppo. Ci si riconosce, ci si saluta, si nota quando qualcuno manca. Questo semplice meccanismo sociale crea continuità e favorisce la costanza nel tempo, uno dei fattori più difficili da mantenere nel percorso di allenamento. Ed è questo il segreto del successo di una struttura che in 1300 metri quadrati di spazi attrezzati ha scelto istruttori qualificati per i corsi di gruppo tra i più frequentati della costa ionica. Tra i punti di forza del centro spiccano proprio i corsi progettati per coinvolgere persone di tutte le età e livelli di preparazione.

Si parte con il **Pilates**, guidato dall'istruttrice **Annamaria Mellea**; un corso dedicato al miglioramento della postura, alla tonificazione muscolare e alla consapevolezza del corpo, attraverso movimenti controllati e fluidi. Gli allievi lavorano su equilibrio, flessibilità e respirazione, ottenendo benefici sia fisici sia mentali.

Per i più giovani, e per chi ama discipline dinamiche, l'Exclusive Fitness Center propone anche la



ginnastica artistica, condotta da **Adriana Roska**. Un'attività che unisce tecnica, divertimento e spirito di squadra, contribuendo allo sviluppo della coordinazione, dell'agilità e della crescita atletica dei partecipanti.

Tra le proposte più innovative c'è poi il **TRX**, allenamento in sospensione basato sull'utilizzo del peso corporeo. Il corso, seguito dall'istruttrice **Irene Rauti**, permette di lavorare su forza, stabilità e resistenza attraverso esercizi funzionali che coinvolgono tutto il corpo, rendendo ogni sessione intensa e coinvolgente.

Accanto ai corsi collettivi, la palestra mette a disposizione anche una moderna sala attrezzi e un'area funzionale completamente equipaggiata, dove gli iscritti possono allenarsi liberamente oppure seguire programmi personalizzati con il supporto di trainer qualificati.

Una varietà di attività che presenta il fitness come uno strumento di connessione, capace di creare comunità e di trasformare l'allenamento in un'esperienza che arricchisce la vita delle persone, dentro e fuori dalla palestra. Perché, alla fine, la vera forza del gruppo non sta solo nell'allenarsi insieme ma nel sentirsi parte di qualcosa.



EXCLUSIVE

FITNESS CENTER



Via del Progresso, 4 - SATRIANO MARINA (CZ)
Tel. 333 12 64 270 - exclusivefitcenter@gmail.com

Hot spot wi fi free



Pesce crudo, bontà in sicurezza



A cura
dello chef
**Domenico
Rullo**

Il consumo di pesce crudo è diventato una tendenza gastronomica diffusa, ma porta con sé un aumento significativo dei rischi di intossicazione alimentare. È fondamentale essere consapevoli della possibile presenza di parassiti come l'Anisakis e di batteri patogeni quali Salmonella e Listeria, specialmente nei prodotti selvatici. Per garantire la sicurezza alimentare,

le normative europee impongono l'abbattimento termico del pesce a -20° per almeno 24 ore così da eliminare i parassiti. Oltre a questo processo, è essenziale verificare la tracciabilità del prodotto attraverso etichette chiare e assicurare una manipolazione igienica rigorosa per evitare contaminazioni incrociate durante la preparazione. Nonostante i rischi, il pesce crudo offre importanti benefici nutrizionali grazie all'apporto di proteine, minerali e omega-3, purché venga trattato con estrema professionalità. In conclusione, il consumo deve avvenire solo in contesti che garantiscano il rispetto

di tutte le procedure di sicurezza, evitando l'assunzione del prodotto in caso di minimi dubbi sulla sua conservazione.

Carpaccio di ricciola, maionese alla curcuma frutti di bosco ed erbe mediterranee

Per 4 porzioni

450 grammi filetto di ricciola, fresco e preventivamente abbattuto
25 gr olio Evo
30 grammi tuorlo pastorizzato
5 grammi succo di limone
2 grammi curcuma in polvere
60 gr frutti di bosco
50 gr acqua

5 gr zucchero
3 grammi aceto di lampone
150 gr olio di semi
Pepe nero ed erbe quanto basta

Procedimento:
Preparare i frutti di bosco portandoli a bollire con l'acqua, zucchero ed aceto di lampone, cuocere per 4 minuti, frullare e filtrare, portare velocemente a 4°. Preparare la maionese emulsionando il tuorlo, l'olio, succo di limone e curcuma, con un minipimer ad immersione, sistemare con sale e pepe. Tagliare in fette sottili il filetto di ricciola, condire con olio, sale, pepe e buccia di limone, aggiungere la salsa di frutti di bosco, ciuffetti di maionese alla curcuma e verdure mediterranee.



SPADAFORA
1915
PANDOSIA

Pandosia era un'antica città fortificata, fondata da re Italo e capitale del popolo degli Enotri; gli storici la descrivono come una rocca, adagiata su tre colline affacciate sulla città di Cosentia (Cosenza), dove nei pressi scorre il fiume Acheronte; questa è la zona nella quale vengono coltivate da secoli le nostre uve Pecorello, vinificate in purezza da cui otteniamo questo vino bianco unico, la cui produzione limitata, ci consente di preservare le caratteristiche note organolettiche del vitigno.

Classificazione: CALABRIA I.G.P.;
Tipologia: bianco;
Bottiglie Prodotte: 5.000
Territorio: una piccola zona di collina, compresa tra i 350 ed i 400 mt. di altezza slm;
Vitigni: Pecorello in purezza;
Metodo di Coltivazione: allevamento ad alberello, resa per ettaro non superiore ai 50 q.;
Periodo di Vendemmia: la raccolta avviene solitamente nei primi giorni di ottobre, quando l'acidità è bilanciata da una buona maturazione zuccherina;
Vinificazione: le uve, raccolte e selezionate manualmente, vengono prima diraspate, poi pigiate sofficemente con immediata separazione dalle bucce;
Fermentazione: avviene in acciaio con costante controllo della temperatura;
Affinamento: in acciaio per almeno tre mesi, poi circa tre mesi in bottiglia, al fine armonizzarne il quadro organolettico;

CARATTERISTICHE ORGANOLETTICHE
Colore: bianco dai riflessi verdognoli in gioventù, che virano al dorato in evoluzione;
Profumo: caratteristico del vitigno, delicato ma persistente, al naso le note erbacee si fondono ai sentori di frutta esotica come l'ananas e la banana;
Sapore: spiccata ma equilibrata l'acidità, buona la persistenza aromatica, è un vino secco, delicato il retrogusto amarognolo;
Abbinamenti Gastronomici: eccellente aperitivo, il Pandosia è abbinamento ideale della cucina marinara, ottimo con uno semplice spaghetti alle vongole veraci oppure degustato con una delicata grigliata di pescato locale;
Temperatura di Servizio: consigliata 10-12 °C.
Gradazione Alcolica: 13% vol.
Premi e Riconoscimenti: un vino che, vista la sua giovane età, non ha ancora avuto modo di farsi apprezzare dagli addetti ai lavori, ma siamo convinti ci darà molte soddisfazioni.



L'acqua fa bene alla salute.

Spring Home

Sorgente d'acqua pura
per la tua famiglia



Scegli la temperatura

Regola la frizzantezza

Personalizza i sali minerali

Elimina il 99,9% dei
contaminanti

Con assistenza e manutenzione inclusa 24/7
PROVALA GRATUITAMENTE PER 30 GIORNI

tel. 0967 521388 - www.auroradagostino.it

Verso la neutralità carbonica:

il ruolo dei crediti di carbonio
e la sfida della gestione sostenibile del territorio

A cura di **Paolo Galloso**
Founder di "Coltivatori di Emozioni"

Il cambiamento climatico rappresenta una delle sfide più urgenti della nostra epoca. I rapporti del Gruppo Intergovernativo di Esperti sul Cambiamento Climatico (IPCC) identificano chiaramente il riscaldamento globale come una delle principali criticità da affrontare nei prossimi decenni. Già da oltre dieci anni, la comunità scientifica insiste sulla necessità di contenere l'aumento medio della temperatura terrestre entro 1,5 °C, soglia oltre la quale si manifesterebbero effetti climatici gravi e irreversibili. Tuttavia, il tempo disponibile per raggiungere questo obiettivo si sta rapidamente riducendo, rendendo indispensabile un cambio radicale nell'attuale trend di emissioni globali di gas serra.

Per raggiungere l'ambizioso traguardo, l'IPCC sottolinea la necessità di agire non solo riducendo direttamente le emissioni, ma anche incrementando significativamente l'assorbimento della CO₂ equivalente (CO₂eq) atmosferica tramite tecnologie e pratiche di stoccaggio di lungo periodo. Questo processo può

avvenire attraverso soluzioni naturali o tecnologiche, come la cattura diretta dell'aria con stoccaggio permanente (Direct Air Capture with Carbon Storage – DACCS). La capacità di stoccaggio di queste soluzioni si misura in crediti di carbonio, ciascuno dei quali corrisponde a una tonnellata di CO₂eq rimossa.

Il quadro normativo europeo

In linea con le indicazioni dell'IPCC, la Commissione Europea ha definito una strategia per la decarbonizzazione con l'obiettivo della neutralità climatica entro il 2050, all'interno della quale ha riconosciuto un'importanza cruciale non solo alla riduzione delle emissioni climalteranti, ma anche al loro assorbimento.

In questo contesto, nel dicembre 2024, l'Unione Europea ha adottato il "Carbon Removal Certification Framework (CRCF)", un regolamento che stabilisce i requisiti di alta qualità per i crediti di carbonio. Secondo i criteri Qu.A.L.ITY, questi devono essere quantificabili, addizionali,



garantire un assorbimento di lungo periodo ed essere sostenibili. Il CRCF mira così a rafforzare la fiducia nei progetti di rimozione della CO₂eq, garantendo benefici ambientali reali e misurabili.

Le imprese: un ruolo centrale nella decarbonizzazione

Le aziende sono chiamate ad assumere un ruolo chiave nella lotta contro il riscaldamento globale, adottando strategie integrate per la riduzione delle proprie emissioni attraverso l'efficienza energetica, il ricorso ad energia proveniente da fonti rinnovabili e una gestione sostenibile della catena di approvvigionamento. Le emissioni residue, ovvero quelle difficilmente eliminabili direttamente dall'impresa (c.d. hard to abate), possono essere compensate tramite l'acquisto di crediti di carbonio certificati secondo gli standard europei.

Tra le attività riconosciute dal regolamento europeo per la generazione di crediti vi sono lo stoccaggio permanente del carbonio atmosferico o biogenico (e.g. DACCS), l'impiego di prodotti durevoli come il legno strutturale nelle costruzioni e il carbon farming. Quest'ultimo include pratiche sostenibili quali il ripristino di ecosistemi forestali, la rigenerazione del suolo e la gestione responsabile di zone umide e foreste.

Italia: una piattaforma ideale per soluzioni innovative e naturali

In Italia esistono numerose opportunità per applicare soluzioni





RAVER

S E R V I Z I



IN CASO DI INCIDENTE STRADALE

Assistenza sul luogo del sinistro
per non incorrere in errori

★
Redazione fascicolo fotografico

★
Soccorso stradale

★
Carrozzeria convenzionata
per la riparazione del tuo danno senza alcuna spesa

★
Visite mediche e specialistiche
in sede

★
**Prenotazione esami
diagnostici e strumentali**

★
Fisioterapia riabilitativa
Consulenza medico legale

CONSULENZE PER POLIZZE ASSICURATIVE

IN COLLABORAZIONE CON PARTNERS ESTERNI



Auto



Moto



Vita



Professionale



Immobili



Imbarcazioni

★
Malasanità

★
Assistenza legale

★
Gestione pratica anche a domicilio

★
Visure camerali, catastali e protesti

★
Consulenze disbrigo pratiche

MViale Cassiodoro, 85 - 88060 DAVOLI (CZ)
E infortunisticarava@gmail.com N 0967/227652-3391174164

sia naturali (Nature-Based Solutions) che tecnologiche. Esempi di successo sono rappresentati dalla gestione sostenibile dei boschi, dall'agricoltura rigenerativa e dall'impiego di edifici in legno a lunga durata. Un esempio virtuoso sul fronte tecnologico è il progetto di Eni Spa a Ravenna, finalizzato alla cattura e allo stoccaggio di CO₂eq in giacimenti esauriti.

In questo contesto spicca anche il contributo innovativo di start-up come Carbon Planet S.r.l, una società benefit italiana che opera come piattaforma di scambio di crediti di carbonio di alta qualità. Grazie alla tecnologia blockchain, Carbon Planet garantisce trasparenza, sicurezza e tracciabilità dei certificati di rimozione (CDR), provenienti principalmente da progetti nazionali di edilizia sostenibile e gestione forestale.

Le aree boschive: risorse strategiche da valorizzare

Un alleato fondamentale nella lotta ai cambiamenti climatici sono i boschi. Oltre a rappresentare una fonte inestimabile di ricchezza dal punto di vista naturalistico ed economico, a livello globale assorbono circa il 29% delle emissioni antropogeniche di CO₂eq. Tuttavia un bosco a maturità può smettere di assorbire grandi quantità di anidride carbonica e, in alcuni casi, addirittura diventare una

fonte di emissioni nette.

Anche in Italia, nonostante le aree boschive gestite siano meno del 20% della superficie disponibile, il loro contributo è significativo: ogni anno, le foreste rimuovono oltre 46 milioni di tonnellate di CO₂eq, pari al 10% delle emissioni nazionali.

Per consolidare o incrementare il loro apporto positivo, diventa essenziale investire in una gestione forestale sostenibile e di lungo periodo.

Pianificare e gestire correttamente le risorse forestali permette di creare posti di lavoro, ridurre la dipendenza dall'estero nella fornitura di legname, ridurre il rischio di incendi, prevenire la perdita di biodiversità, mitigare il dissesto idrogeologico e favorire l'assorbimento di CO₂ e quindi generare crediti di carbonio.

La sfida climatica non ammette

ulteriori rinvii. Gli strumenti e le soluzioni esistono, sono operativi e pronti per essere utilizzati. È fondamentale attuare politiche chiare, dotarsi di strumenti efficaci e una governance lungimirante e responsabile. I crediti di carbonio, regolamentati con precisione e trasparenza, rappresentano una risorsa strategica per accompagnare enti pubblici e aziende verso un futuro sostenibile e a zero emissioni.

Con il suo patrimonio naturale unico e la capacità innovativa del proprio tessuto produttivo, l'Italia è pienamente in grado di giocare un ruolo di primo piano in questo imprescindibile processo di transizione ecologica.



Siamo i custodi delle tradizioni italiane

Coltivatori di Emozioni è la prima piattaforma italiana di Social Farming: dal 2016 custodiamo l'identità e l'autenticità dei prodotti agroalimentari del nostro Paese supportando gli agricoltori impegnati nel recupero delle antiche tecniche agricole produttive.

www.coltivatoridiemozioni.com



CUGLIELMO

il caffè che fa centro



Una grande famiglia

CAPSULE COMPATIBILI CON LE MACCHINE AD USO DOMESTICO
NESPRESSO, LAVAZZA A MODO MIO E DOLCEGUSTO*, MISCELE PER MOKA E PER
MACCHINA ESPRESSO DI ALTISSIMA QUALITÀ, CONFEZIONI INNOVATIVE: PER CHI CERCA
IL MASSIMO DEL PIACERE IN UN CAFFÈ PIENO E COSTANTE, DAL SAPORE INCONFONDIBILE.

*i marchi non sono proprietà di Guglielmo Spa né di aziende ad essa collegate

www.caffeguglielmo.it



CaffeGuglielmoOfficialFanpage



CaffeGuglielmo



CaffeGuglielmo

R

RITUEL

LUXURY HOME



La nostra azienda è specializzata nella produzione e nella personalizzazione di prodotti destinati a strutture recettive: Hotel, ristoranti, B&B e Spa ecc.
Questa linea è stata creata per un ambiente elegante e raffinato, un luogo dove ogni dettaglio è curato per garantire il massimo confort.

VISITA IL NOSTRO SITO
www.ropiga.it



MADE IN ITALY

Il borgo di Cardinale e l'antica via del grifone

Cardinale, centro dal passato fiorentino, ne conserva le tracce nell'assetto urbanistico. In armonia con il contesto ambientale, il centro storico può vantare un alto numero di palazzi gentilizi di grande pregio architettonico, che nonostante le manipolazioni operate in epoche diverse, hanno mantenuto una loro identità tipologica senza perdere gli originali caratteri stilistici. La presenza di svariati portali finemente lavorati, datati tardo '700 e primi dell'800, in tipologie edilizie ascrivibili a secoli precedenti, deriva soprattutto dalla ricostruzione delle macerie e dalla ristrutturazione dei crolli che si ebbero dopo il terremoto del 1783.

La riedificazione dopo il sisma ed il nuovo input dato all'economia cittadina dalla classe borghese, portarono alla nascita di un'importante asse urbanistico che attraversa da parte a parte gran parte del centro storico, interessando soprattutto la "ruga di mezzo", ovvero l'antica Via **"del**

Grifone" originariamente arteria principale del borgo, oggetto del nostro lavoro.

Nel nuovo assetto strutturale del nucleo storico, interessato da questa arteria, i palazzi borghesi, spiccando dal tessuto urbano, si posero come elementi di supremazia nel contesto globale. Agli inizi dell'800 si ampliarono le tipologie già esistenti, inglobando abitazioni adiacenti oppure piccoli orti di pertinenza dell'edificio madre, mentre le nuove costruzioni andarono a lambire il centro abitato, occupando le zone pianeggianti che acconsentivano un maggiore sviluppo planimetrico. La caratteristica che contraddistingue l'antica Via "del Grifone" è l'elevata concentrazione, lungo tutto il suo cammino, di palazzotti borghesi, che, contrariamente alla quota più elevata del borgo, occupata da case a schiera, di edilizia povera, la caratterizzano architettonicamente. In questo contesto si evidenziano alcune tipologie costruttive particolari. Quella a corte aperta

con una forte caratterizzazione dell'ingresso principale attraverso un portale che accede ad un cortile interno; quelli a corte chiusa, in cui la scala, spesso caratterizzata da pregevoli lavori in granito, è posta al centro della corte, ed infine quelli senza corte, in cui il portale invita direttamente alla scala per i piani superiori.

ORIGINE DEL NOME DELLA VIA

non è dato sapere il motivo per cui questa via venne chiamata del Grifone, certo è che nel 1877, la via veniva ancora chiamata del "Grifone"; ne danno testimonianza molti atti notarili dell'epoca come quello riportato in basso. Nello specifico trattasi di uno strumento nuziale (atto di donazione) datato 1877 in cui il Signor Pelagi Bruno di Giuseppe, proprietario domiciliato nel Comune di Cardinale, donava metà del latifondo denominato Razzona, sito nel territorio di Cardinale, e una parte dell'intero palazzo sito nell'abitato di Cardinale nella strada **"Grifone"**.



PALAZZO NISTICÒ

A lato della Chiesa Matrice, in una posizione centrale si affaccia su piazza Umberto I un palazzo ottocentesco detto "del Sindaco

Vecchio". Particolarmente pregevole è l'imponente portale in granito bugnato di stile neoclassico che presenta ai lati delle volute di stile barocco. La struttura si sviluppa su due piani. Il locale a piano terra che guarda su piazza Umberto I, nella prima metà dell'ottocento ospitava la drogheria Nisticò (farmacia), mentre quello retrostante era adibito a deposito. Una scala in granito porta al piano superiore dove era situata l'abitazione. Particolare di pregio nella facciata principale è il balcone con soglie in granito, sorrette da mensole in pietra finemente lavorata. Di stile classico le cornici di coronamento delle finestre.

PALAZZO PELAGGI

(XVII secolo)

È senza dubbio uno dei più imponenti palazzi di Cardinale, la cui epoca di costruzione risale certo a prima del "700. Sulle grandi cantine

del piano seminterrato si alzano i due piani superiori delle abitazioni. Nel corso degli anni fu oggetto di diversi interventi di recupero, l'ultimo più importante, nel 1802, oltre al consolidamento della struttura muraria esistente mediante tiranti in ferro e alla realizzazione di contrafforti ad arco nei muri perimetrali della cantine, interessò l'inserimento di elementi decorativi ed ornamentali di pregevole manifattura.

Da menzionare tutti gli elementi decorativi in pietra granitica, come il portale d'ingresso, le colonne di sostegno della veranda al piano primo, la scala esterna dell'atrio, i corrimano finemente lavorati e la pavimentazione lavorata a bocciarda. Negli ampi saloni le piastrelle in ceramica, decorate a mano, provengono dalle fornaci della capitale dell'allora Regno delle Due Sicilie.



PALAZZO PELAGGI



PARTICOLARI ARCHITETTONICI PALAZZO LOMBARDO SEDE DEL 1° DECURIONATO E ALLOGGIO TRUPPE FRANCESI



STUDIO POSCA

associati

SERVIZI LEGALI E COMMERCIALI



WWW.POSCASSOCIATI.IT



MONTEPAONE LIDO (CZ)

Via F.lli Bandiera, 1

N +39 0967 576862

N +39 366 4335407

ROMA (EUR)

Viale America, 125

N +39 392 8162190

E info@poscassociati.it

Da anni lo Studio Posca assiste le imprese nello svolgimento delle attività quotidiane offrendo servizi di consulenza e di revisione legale.



PALAZZO MAMMONE

(XVII secolo)

Ubicato poco distante dalla Chiesa Matrice nell'antica Via "del Grifone" oggi via Carducci, il Palazzo di origine seicentesca è uno degli edifici storici più antichi di Cardinale. Subì intorno al 1820 un importante riassetto che portò all'inglobamento di un piccolo orto e più tardi all'elevazione di un'ala del palazzo rendendolo uno degli edifici di più ampia superficie dell'antico borgo. Molto articolato all'interno, contava anticamente

ben 15 stanze disposte su tre piani, un salone di notevoli dimensioni detto "Galleria" e ben 5 grandi locali seminterrati adibiti a cantine, granai (ancora oggi esistono alcuni granai di medie dimensioni, mentre altri molto più grandi vennero distrutti intorno al 1960 per fare posto a botti e strumenti per la lavorazione dell'uva), deposito di derrate alimentari, e

ricovero per le "cavalcature". Oltre al portale e a numerose decorazioni in granito locale, particolari ornamenti, opera di antichi maestri migliarinesi, impreziosiscono le paraste della facciata prospiciente all'antica via del grifone. Di particolare interesse sono la scala interna in granito che porta al piano primo realizzata interamente con volta a tunnel.



PARTICOLARI ARCHITETTONICI

PRODOTTI TIPICI - SURGELATI SPECIALITÀ VINICOLE E DISTILLATI





Deter Shop

Pulito e Igiene tutti i giorni!

Consiglia i prodotti



Tutte le promozioni le trovi su 

Vai sul sito **www.detershop.it**

NUOVA GRANDE PANDA LA FELICITÀ PRENDE FORMA

FIAT



DISPONIBILE IN VERSIONE IBRIDA ED ELETTRICA

**NUOVA GRANDE PANDA DA 16.950€* OLTRE ONERI FINANZIARI
CON MOTORE IBRIDO 48V 100CV E CAMBIO AUTOMATICO EASY DRIVE DI SERIE**

***ES. NUOVA GRANDE PANDA POP 48V 100CV HYBRID. ANZICHÉ 17.900€, ANTICIPO 5.585€, 35 RATE DA 79€/MESE, RATA FINALE 11.503€. TAN (FISSO) 5,99%, TAEG 8,94%. CON FINANZIAMENTO E ROTTAMAZIONE. FINO AL 31/03.**

1.000€ SCONTO FIAT IN CASO DI ROTTAMAZIONE + 950€ CON FINANZIAMENTO. Solo in caso di rottamazione di un veicolo omologato fi no ad EURO 3. Grande Panda POP 12.100 CV Hybrid 48V Listino 18.900€ (IPT e contributo PFU esclusi), premio 17.900€ oppure 16.950€ solo con fi finanziamento Stellantis Financial Services. Es. di fi finanziamento Stellantis Financial Services Italia S.p.A.: Anticipo 5.585€ - Importo Totale del Credito 11.635,8€. L'offerta include il servizio Identicar 12 mesi di 271€. Importo Totale Dovuto 14.297,38€ composto da: Importo Totale del Credito, spese di istruttoria 395€, interessi 2.110,5€ spese di incasso mensili 3,5€, imposta sostitutiva sul contratto da addebitare sulla prima rata di 30,09€. Tale importo è da restituire in n° 36 rate come segue: n° 35 rate da 79€ e una Rata Finale Residua (pari al Valore Garantito Futuro) di 11.502,3€ incluse spese di incasso mensili di 3,5€. Spese invio rendiconto periodico cartaceo: 0€ /anno. TAN (fisso) 5,99%; TAEG 8,94%. Solo in caso di restituzione o/o sostituzione del veicolo alla scadenza contrattualmente prevista, verrà addebitato un costo pari a 0,1€/km ove il veicolo abbia superato il chilometraggio massimo di 30.000 km. Offerta valida solo su clientela privata solo per contratti stipulati fi no al 31 Marzo 2025, non cumulabile con altre iniziative in corso. Offerta Stellantis Financial Services Italia S.p.A. soggetta ad approvazione. Documentazione precontrattuale bancaria/ assicurativa in concessionaria e sul sito www.stellantis-fi nancial-services.it (Sez. Trasparenza). Il Dealer opera, non in esclusiva per Stellantis Financial Services, quale segnalatore di clienti interessati all'acquisto dei suoi prodotti con strumenti fi nanziari. Messaggio Pubblicitario con fi nalità promozionale. Immagini illustrative; caratteristiche/colori possono differire. Consumo di carburante ciclo misto Grande Panda Hybrid 12.100 CV(l/100km): 5,1 - 5; emissioni CO2 (g/km): 117 - 115. Consumo di energia elettrica Grande Panda (kWh/100km): 16,8; emissioni CO2 (g/km): 0. Autonomia veicolo 320 Km. Valori omologati in base al ciclo misto WLTP aggiornati al 28/02/2025 e indicati a fi ni comparativi. I valori effettivi di consumo di carburante, energia elettrica ed emissioni di CO2 possono essere diversi e possono variare a seconda delle condizioni di utilizzo e di vari fattori.

www.fiat.it



www.autoc-stellantis.it

MONTEPAONE LIDO (CZ)
Via Manzoni - Tel. 0967.537900

LAMEZIA TERME (CZ)
C.da Rotoli - Tel. 0967.537900