

# VERO salute



MENSILE  
ANNO 9 - n. 7  
luglio 2015  
€ 1,00 in Italia

solo 1 euro!

AL TUO SERVIZIO

27 SPECIALISTI  
rispondono  
alle tue domande

**STOP ALLA FAME NERVOSA**  
Quando il rimedio arriva  
da **AUTOIPNOSI** e sport



SOLO SU  
VERO SALUTE

**EMANUELA FOLLIERO**  
«Le tisane al tiglio  
o alla melissa  
sono perfette per  
rilassarsi, come  
anche gli infusi»

**KYMINASI DIET**  
Trattare il corpo, seguendo  
le leggi della fisica



**SPECIALE TERME**  
Sempre più gettonate anche  
in estate. Scopriamo perché



**PUNTURE D'INSETTI**  
Non farti  
rovinare le  
vacanze!  
Ecco come  
difenderti

**SNELLA E ABBRONZATA  
CON LA DIETA DEL SOLE**

- Meno 2 chili in 7 giorni • Tonica e protetta con i prodotti giusti
- Benedetta Valanzano: «Il segreto per una bella pelle? Le ciliegie»

Segui  
**VERO salute**  
su Facebook  
e clicca mi  
piace

Dossier da conservare



Estetica

# Computer: un invito a sorridere sempre

**S**ono molti i fattori che contribuiscono all'immagine di un volto sano, ma il primo fra tutti è un bel sorriso. Una soluzione estetica davvero efficace per ottenere una bocca perfetta è quella di affidarsi alle nuove tecnologie.

«L'applicazione del computer in odontoiatria, in particolare, offre numerosi vantaggi e garanzie fino a ieri impensabili: si possono realizzare, in qualità e sicurezza, elementi dentari completi o mancanti grazie, per esempio, a un rivoluzionario apparecchio che - in tempo reale, davanti al paziente - prima filma in bocca e cattura l'impronta digitale e poi scolpisce, con estrema precisione, il nuovo dente in ceramica pregiata integrale, un materiale naturale del tutto simile allo smalto, del colore normale dei denti, assolutamente biocompati-



bile. Il risultato è un aspetto esteticamente perfetto e naturale. Una soluzione clinica ed estetica ideale per trattare gli infiniti difetti, anche estesi, dei denti». È questa l'opinione del dottor Giuseppe Molinari, medico chirurgo, specializzato in Odontostomatologia e Protesi Dentaria presso l'Università di Padova, tra i primi in Italia a sfruttare le più moderne tecniche di Implantologia e Odontoiatria Estetica. A Padova è direttore responsabile del Centro PoliOdontoMedica Milano, una struttura

agile e dotata di macchinari all'avanguardia, capace di integrare le prestazioni di vari medici specialisti in un lavoro di équipe volto a considerare in modo completo il paziente il quale, in un'unica sessione di cure, può risolvere in minor tempo varie problematiche.

Slow rafting

## Avventura sulle onde del Ticino

**U**n intero weekend sul fiume, navigando dolcemente tra gli angoli incantevoli del Ticino. Tutto alla scoperta della flora del suo parco, con pausa pranzo su un'isola deserta immersi nella natura. Come? Per prenotare un'esperienza di rafting o in alternativa di kayak, si può scrivere a: [info@raftingsulticino.it](mailto:info@raftingsulticino.it), o telefonare al 349.5560078.



Salute

## L'elisir di lunga vita? La felicità

**N**on basta la corretta prevenzione e un sano stile di vita. Per vivere bene e a lungo, l'ingrediente chiave è la condivisione della propria felicità. È questo l'importante messaggio diffuso da Apoteca Natura, azienda specializzata in salute naturale. Per dare sostegno alla campagna basta seguire l'hashtag #AmaRidiCondividi sui vari social network e ritirare l'opuscolo "La felicità è salute" in una delle 500 farmacie della rete più vicina a te. Scopri test e consigli specifici, oltre a tutti i benefici di un atteggiamento sano e positivo nei confronti della vita su: [www.apotecanatura.it](http://www.apotecanatura.it).

Expo 2015

## La solidarietà inizia a tavola

**F**ino al 31 ottobre sarà possibile portare un aiuto concreto a chi vive in stato di



emarginazione e povertà... provando un'esperienza di gusto. Basterà pranzare o cenare in un ristorante milanese di alto livello con un menu completo a 25 euro o con uno sconto del 10 per cento sul menu alla carta, di cui 1 euro sarà devoluto a Fondazione Progetto Arca onlus, che opera dal 1994. Per info: [www.milanorestaurantexpo.it](http://www.milanorestaurantexpo.it).