

Z  
O  
O  
M

**ANTHROPOSOPHISCHE ARZNEITHERAPIE**

**Anthroposophic Drug therapy for Physicians and Pharmacists**

M. Glöckler

Due contenitori ad anelli  
Circa 1.300 pagine  
CD-ROM "Part III Drugs"

Disponibile da aprile 2014, questa nuova edizione include i 5 supplementi 2013 ed è completa del CD-Rom "Part III Drugs".

Il volume costituisce un'opera di riferimento per fisici e farmacisti e raccoglie un'ampia selezione di contributi da parte di qualificati medici e farmacisti antroposofici.

La struttura dell'opera è stata studiata per permettere un'analisi approfondita della medicina antroposofica e della sua concezione di "malattia". Sono illustrate dettagliatamente strategie per tutti gli alimenti più comuni, con particolare enfasi sulle terapie a base di estratti vegetali.

Sono poi fornite informazioni sulla composizione, le pro-



prietà e le aree di applicazione di tutte le ricette proposte, organizzate in monografie. Quanti si occupano della materia, e quanti vi si accostano, troveranno nell'opera una preziosa introduzione all'antroposofia e una guida completa cui fare riferimento nella pratica medica.

**Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart**  
<http://www.wissenschaftliche-verlagsgesellschaft.de>

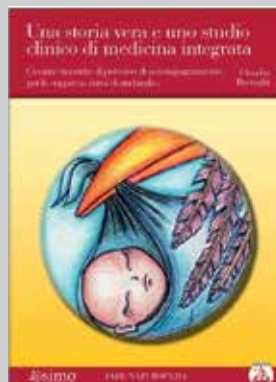
**UNA STORIA VERA E UNO STUDIO CLINICO DI MEDICINA INTEGRATA**

Claudia Barzaghi  
120 pagine

Desiderare un figlio, scegliere di diventare genitori e non riuscirci, decidere di ricorrere alla scienza e affidarsi ciecamente; emozioni, psiche, spirito, energia.

Il libro "Una storia vera e uno studio clinico di medicina integrata" di Claudia Barzaghi (Edizioni Enea, Milano, aprile 2014) affronta queste tematiche, tanto attuali quanto delicate partendo da una storia vera.

Nella prima parte del libro l'autrice, naturopata, racconta una parte di se stessa. È un estratto autobiografico, un percorso di avventure e disavventure che suggeriscono, quasi inconsapevolmente, riflessioni profonde sulla



scelta di diventare genitori. Nella seconda parte, come in un naturale continuum, viene raccontato il "percorso di accompagnamento per le coppie in cerca di un bimbo"; ovvero gli esiti positivi di uno studio scientifico condotto in un centro di fertilità, grazie all'integrazione tra la medicina allopatrica e quella biologica, di impronta naturopatica. Se la prima parte del libro porta a una presa di coscienza delle motivazioni che spingono a volere un figlio, nella seconda l'autrice, accompagna il lettore in un viaggio in cui la medicina allopatrica dà la mano a quella biologica. Nello specifico, Claudia Barzaghi, dimostra come il riequilibrio dello stress di tipo esistenziale, grazie ad alcune metodiche proprie della naturopatia (come la riflessologia plantare, la floriterapia di Edward Bach e la fitoterapia) abbia un'incidenza positiva sulle coppie che decidono di affrontare un percorso di Procreazione Medicalmente Assistita. Teoria comprovata da un'accurata ricerca scientifica promossa e realizza-

ta, unitamente a un'equipe medica, dall'autrice del libro e da altre due colleghe naturopate.

Il successo del "percorso di accompagnamento per le coppie in cerca di un bimbo", studio scientifico condotto presso il Centro di Fertilità della Clinica La Carità di Locarno in Svizzera, grazie alla collaborazione del Primario Dr. Juerg Stamm e della sua équipe, mostra nuove possibilità in questo ambito attraverso una medicina integrata, più consapevole della complessità dell'essere umano e dei suoi bisogni.

Lo studio, cominciato nel 2007 e conclusosi nel 2010, ha messo a confronto 24 coppie (gruppo sperimentale) con altre 48 coppie (gruppo di controllo). Lo studio clinico si è fermato a 24 coppie, il numero minimo per poter porre le basi statistiche, e ha dimostrato che le coppie che hanno affiancato un percorso integrato di impostazione naturopatica hanno ottenuto l'8% di probabilità in più di portare a termine la gravidanza.

Conclude l'autrice: "Sono alla ricerca di strutture ospedaliere e medici con cui replicare la bellissima esperienza della complementarietà. Il libro racconta che integrare è possibile: perché non applicare questo approccio in ogni campo della medicina?".

**Enea Edizioni**  
<http://www.naturopatia-claudiabarzaghi.it>

Z  
O  
O  
M

**PERCHÈ NON DIMAGRISCO?**

Rossella Fiovaranti,  
Marcello Nicoletti  
118 pagine

Noi siamo quello che mangiamo.

Comunque la si metta il cibo può costituire un grosso problema. In metà del mondo scarseggia mentre nell'altra c'è una sovrapproduzione. Il



risultato sconcertante è che in ogni caso in quasi tutto il mondo aumentano gli obesi e i sovrappeso, che ormai rischiano di superare i normopeso. Aumentano nei giovani e negli anziani, persino nei neonati e negli animali da compagnia, praticamente ovunque. La globalità si porta appresso malattie, rischio di problemi cardiocircolatori, modelli sbagliati e discriminazione sociale.

Il problema centrale è in quello che viene chiamato ambiente nutrizionale, ovvero non quanto mangiamo ma cosa mangiamo, quali sono

gli alimenti da selezionare con valore sia nutrizionale che salutistico, quale è lo stile di vita ovvero dove e in che condizioni mangiamo, ma soprattutto quale attenzione dedichiamo alle scelte alimentari. Possiamo chiedere aiuto ai farmaci o agli integratori alimentari oppure a soluzioni alternative più o meno affidabili?

Fortunatamente la scienza ha prodotto delle sicurezze e degli ausili su cui confidare, ma la chiave è nella perseveranza. Se ci abbiamo messo un certo numero di anni a ingrassare, ce ne vorranno almeno altrettanti per dimagrire. Non esistono scorciatoie miracolose, ma possiamo contare su alcune utili certezze. Bisogna però essere informati e consapevoli.

Nuova Ipsa Editore  
<http://www.nuovaipsa.it>



Menta



**BOTANICA URBANA**

Fabrizio Zara.  
Introduzione di Michele Serra.  
106 pagine. 38 illustrazioni  
con 38 schede

“La natura è irriducibile. Possiamo sottoporla a ogni genere di oppressione, assoggettamento, rimozione: sortirà, sbucherà, rinascerà da dove meno ce lo aspettiamo. Le piante spontanee di città sono un mistero e sono un presagio.”  
Queste parole aprono l'introduzione di Michele Serra al volume edito da Aboca.

Una piccola grande opera che muove dall'osservazione della realtà circostante. Le città sono costituite da aree molto eterogenee caratterizzate da fattori ecologici differenti per condizioni di temperatura, acqua e suolo, cui si somma la continua trasformazione indotta dall'opera dell'uomo. Saper riconoscere un habitat, e quindi le sue caratteristiche

ecologiche, rende da sempre più agevole la determinazione delle piante spontanee sia che ci si trovi in un bosco, in un'area umida, o, come nel caso degli utilizzatori di questo libro, in giro per la città.

Nel testo vengono presentati in maniera semplificata gli ambienti più comuni in un contesto urbano. Viene presentato uno schema riassuntivo delle piante, ordinate in tabella per colore del fiore e ambiente di crescita al fine di renderne agevole il ritrovamento all'interno del libro. Il colore dei petali è sempre riportato nella scheda descrittiva della pianta, mentre i termini botanici la prima volta sono resi in grassetto e riportati nel glossario. Tutto ciò per rendere più agevole il riconoscimento della pianta senza rinunciare alla sottile sfida della botanica di fronte alla biodiversità urbana.

Aboca  
[www.abocashop.com](http://www.abocashop.com)



Sparganio