

Sommaro Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
	Rubrica Soc. Ital. Gerontologia e Geri			
	Ansa.it	02/12/2022	<i>Covid: mix Arginina e Vitamina C facilita recupero muscolare</i>	2
	AskaneWS.it	02/12/2022	<i>Geriatrici: mix Arginina e Vitamina C ringiovanisce muscoli degli anziani</i>	4
	Repubblica.it	02/12/2022	<i>Vitamina C e arginina, quel mix che 'ringiovanisce' i muscoli degli anziani</i>	6
	Dottnet.it	02/12/2022	<i>Arginina e Vitamina C facilitano il recupero muscolare post Covid</i>	9
	Insalute.it	02/12/2022	<i>Scoperta azione sinergica di Arginina e Vitamina C: il mix ringiovanisce i muscoli degli anziani</i>	11
	Huffingtonpost.it	02/12/2022	<i>Vitamina C e arginina, quel mix che 'ringiovanisce' i muscoli degli anziani</i>	14
	Cronachedelmezzogiorno.it	02/12/2022	<i>Geriatrici: mix Arginina e Vitamina C "ringiovanisce" muscoli degli anziani</i>	15
	It.Sports.Yahoo.Com	02/12/2022	<i>Geriatrici: mix Arginina e Vitamina C "ringiovanisce" muscoli degli anziani</i>	18
	Gds.it	02/12/2022	<i>Covid: mix Arginina e Vitamina C facilita recupero muscolare</i>	19
	Notiziedi.it	02/12/2022	<i>Geriatrici: mix Arginina e Vitamina C ringiovanisce muscoli degli anziani</i>	21
	Ilpiccolo.gelocal.it	02/12/2022	<i>Vitamina C e arginina, quel mix che 'ringiovanisce' i muscoli degli anziani</i>	24
	IlsecoloXIX.it	02/12/2022	<i>Vitamina C e arginina, quel mix che 'ringiovanisce' i muscoli degli anziani</i>	25
	Salute.eu	02/12/2022	<i>Vitamina C e arginina, quel mix che 'ringiovanisce' i muscoli degli anziani</i>	26
25	Il Tempo	07/12/2022	<i>Vitamina C e Arginina per restare giovani</i>	27
1+5	Il Quotidiano di Sicilia	13/12/2022	<i>Arginina e vitamina C per ringiovanire i muscoli</i>	28
	BreVeneWS.com	04/12/2022	<i>Addio perdita di massa muscolare: scoperto il mix che facilita recupero</i>	29
	Medicinaeinformazione.com	03/12/2022	<i>Perdita di massa muscolare e sarcopenia nell'anziano: mix Arginina e Vit C "ringiovanisce" i muscoli</i>	30

&\$1\$/, \$16\$ \$PELH\$W0\$ \$16\$ 9LDJJ/LHDJLDV LWj 6/E KHRVMD/DUH0 RWR R6DLO X6'FHLH Q7BUUD *XVWR 6HJXLFL VX

1HZV 9LGH %DPEL' /RQJHY 'HQWL H JH /HL /X 6L SXz YLC 'LDEHV 3URIHVVLQRDO

35,023,\$120(',&,\$1\$ ±67./, ', 9,7\$66,67(1=\$1875,=,21¢./ 38172 '(// (63(572

\$16\$ LW6DOXWH %HQHRQHHLWj GLFLODRYLG PL[\$UJLQLQD H 9LWDPLQD & IDFLOLWD UHFVSHUR PXVFRODUH

&RYLG PL[\$UJLQLQD H 9LWDPLQD PXVFRODUH

6WXGLR SRWUHEEH FRQWUDVWUDUH DQFKH SHUGLWD PXVFRODUH

5HGDJLRQH \$26\$ GLFHPEUH 6FULYL DOOD UH63VDDI



< \$16\$

&/,&&\$ 3(5
,1*5\$1',5(

\$16\$ 520\$ ',& / DVVXQJLRQH GL XQ PL[GL \$UJLQLQD H 9LWDPLQD & SXz IDYRU
UHFXSHUR GL IRUJD H UHVLVWHQJD PXVFRODUH QHOOH SHUVRQH FRQ /RQJ &RYLG H
FRQWUDVWUDUH OD ILVLRORJLFD SHUGLWD GL PDVVD PXVFRODUH QHJOL DQJLDQL È
XQR VWXGLR FRQGRWWR GDL JHULDWUL GHO 'D\ +RVSLWDO SRVW &RYLG GHOOD)R
8QLYHUVLWDULR \$JRVWLQR *HPHOOL ,5&&6 GL 5RPD SXEEOLFDRV VXOOD ULYLVWD
SUHVHQWDR DO FRQJUHVVQR QD]LRQDOH GHOOD 6RFLHWj ,WDOLDQD GL *HURQWRO
,O QRVWUR VWXGLR q QDWR GDOO HVLJHQJD GL WURYDUH VROXJLRQL LQ JUDGR G
GHELOLWDQWL H LQYDOLGDQWL GHO /RQJ &RYLG FKH VHPEUD UDSSUHVHQWUDUH XQ
LQYHFFKLDPHQWR DFFHOHUDWR VSLHJD)UDQFHVFR /DQGL SUHVLGHQWH 6,** H FF
VWXGLR LQVLPH D 0DWWHR 7RVDWR JHULDWUD DOO 8QLYHUVLWj &DWWROLFD GHO
/D ULFHUFD KD FRLQYROWR SHUVRQH FRQ /RQJ &RYLG VXGGLYLVH LQ GXH JUXS
DVVXQWR SHU JLRUQL LO FRFNWDLO \$UJLQLQD H 9LWDPLQD & LO VHFRQR LQY
ULVXOWDWL q HPHUVR FKH LO SULPR JUXSSR KD EHQHILFLDRV VLD GL XQ PLJOLRU
GL FDPPLQR VLD GHOOD IRUJD GHOOD SUHVD LQ SDUWLFRDUH q ULXVFLWR FRPS
WHVW FKH PLVXUD OD GLVWDQJD SHUFRUVD LQ PLQXWL D SDVVR YHORFH PHQWU
RVVHUYDR QHVXQ LQFUHPHQWR LQ TXDQWL DYHYDQR DVVXQWR LO SODEHER /D I
OD PDQR q FUHVFLXWD LQYHFH GL NJ ULVSHWR D '\$//S +20(6\$/87(%(1(66(5(J V

069720

DYHYDQR DVVXQWR LO SODFHER

/D VFRSHUWD GHOO DJLRQH VLQHUJLFD GL \$UJLQLQD H 9LWDPLQD &RYLG APVQWR
H DOOD IRUJD PXVFRODUH GHOO VLQGURPH SRVW &RYLG VXJJHULVFRYKHO LQWH
FRQ TXHVWR FRFNWDLO q LQ JUDGR GL FRQWUDVWUDUH OD SHUGLWD GL IRUJD H UH
DQFKH GHOO DQJLDQR DJJLXQJH /DQGL

4XHVWR SURFHVVUR GL HURVLRQH PXVFRODUH SXz HVVHUH UDOOHQWVWR H SDUJL
JUDJLH D XQD GLHWD HTXLOLEUDWD H D XQD UHJRODUH DWWLYLWj ILVLFD \$TXHVW
LQWHJUDWRUL VRWWR FRQVLJOLR PHGLFR \$16\$

XVL SHU YDFFI
FRYKHO LQWH
6DQLWj
&RYLG 6FKLOO
PHQR GHQ TXHVW
IDWWR VHFRC
ERRVWHU
6DQLWj

5,352'8=,21(5,6(59\$7\$ < &RS\ULJKW \$16\$

6FULYL DOOD UH6VQJ!

,VV VDOJRQR
GD D UH
GD D
6DQLWj

&RYLG OD &RC
VDOYD O REE
YDFFLQR
6DQLWj

,Q SLD]]H
LWDOLDQH WR
6WHOOH GL 1I
6DQLWj

6DOXWH %HQHVHUUH

\$16\$ UNARQWDVQWEDDQPHULYDFRGLIFD FROYHDWR38880

3 , ,7 < &RS\ULJKW \$16\$ 7XWWL L GLULWWL ULVHUVDWL

6\$/8 5H\HiFUĖ•ĖFPDH[CiHĖ•}•Ė'Ė~†!,•

HiP;liP!Ė[PtĖ iNP\P\;ĖH
ÀiP\NP^r;\PjDHÁĖ[mjD^Y
;\xP;\P

PNYP^i;ĖM^ix;ĖHĖiHjPjIH\x;iĖjImFP^ĖFHYY

8 /D FULVL UXV
FURQRORJLD GHJC

D FXUD GHO 6HUYLJLR

6SHFLDOH 8FUP
QRWLJLH DVND

GHF RUHFUDLQD .X
FKLHGH D JRYHUQL VWUI
DPEDVFLDWH
'RSR DWWDFFKL D UDSSU
XFUDLQH

GHF RUHRSR SOLFKL
HVSORVLYL D VHGL GLS(
GL DQLPDOL
3RUWDYRFH PLQ (VWHUL
DPEDVFLDWD SUHVVR 9DW

GHF RUHLHY SURQW



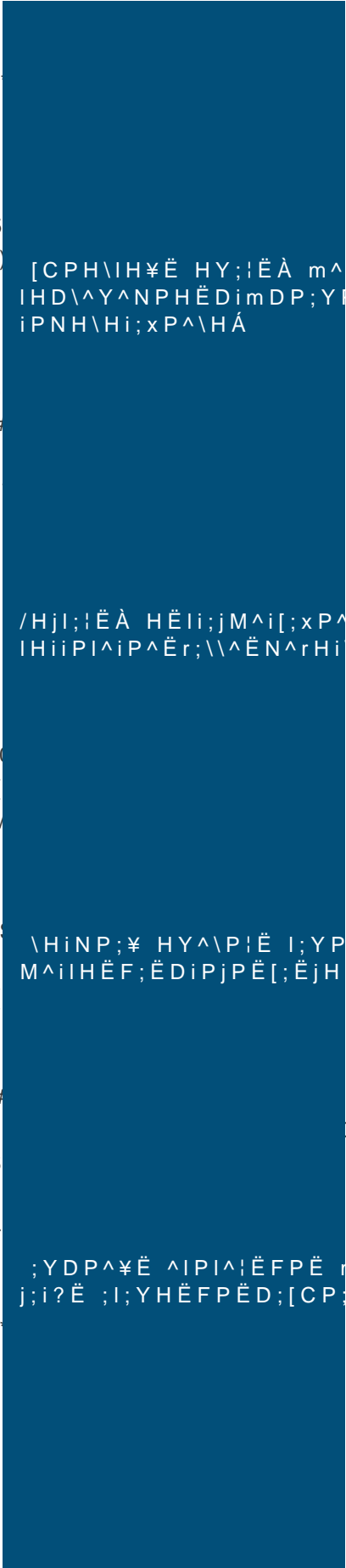
(.. (0. *' -] 0) +-* ..* \$) 1\$/ '\$' *) '• 1)5 -
+\$ (\$'"\$ \$ \$) \$) * # +-/-\$- \$ •,))\$. \$
!*-5 (0. *' - + -\$ "'...i ")\$ ~}))\$' - \$,} \$
!*-5 (0. *' - . \$ // ./ ' •} ' €}i' +-*) * +-*
0) + - \$/ ' €}i + - *+* \$ „}))\$' - ' ' ' (
(\$ 0) + - \$/ \$ (.. (0. *' - "'•-\$) \$ ~',
+ -/\$- \$ f}))\$') -\$/(* \$ + 0+ - ()/* ' +
) *(+*- / \$' \$(55 ()/*)/-* \$ „,))\$ \$ /U'
+ -5\$ '()/ ' - \$+* - / - \$) \$ /- * ' ') // "'•- *' *"
(\$3 \$ -"\$)\$) \$/ (\$) ' 0 ./ ..* \$ 5\$*) .1*'
' . \$)/ . \$ "'•..\$ *)\$/- \$ * . \$)/ . \$' -0 \$ ' + - +
\$((0)\$/ -\$* +-* / "' - '•) * / '\$*' \$0/) * * . a
(.. (0. *' - (\$"'\$* -) * . \$)"\$!\$ /\$1 ()/ \$. \$)
*' 55 ' " /\$ ' ' + - \$/ \$ (0. *' * ž ()" \$ / * Ÿ '
-\$)\$) \$/ (\$) \$) . \$ (ž-\$)"\$*1)\$. *) * Ÿ ' ()
)5\$)\$' +-\$- ' . /- "'•0/\$'\$55* \$, 0 ./ * (\$

.. /U' /0 \$
-\$!\$ 0) + - \$/ ' '
„}))\$' \$)1 ' ' + - \$/
" - ..\$1 ()/ . \$)*
()/ . \$ " \$ / \$)

9, '(2
;Ė ^Y^P;¥ĖIHjI^ĖmI^
;iPr;mtĖ;YY;Ė*HiN^Y;
PiH\xH

069720

!! // \$ + \$ o * (0) \$ ' " / \$ ' ' • \$) 1 # \$ () / * '] 0) * . /
 *) * // * \$ " - \$ / - \$ ' 4 * . + \$ / ' + * . / ! * 1 \$ ' '
) \$ 1 - . \$ / - \$ * " * . / \$) * (' ' \$ \$) \$ 1 - . \$ / U //
 ++) + 0 ' \$ / * . 0 ' ' - \$ 1 \$. / 0 / - \$) / . + - .) / / *
 ' ' * \$ / U / ' \$) \$ - *) / * ' * ' \$ - \$ / - \$ -
 * () \$ '
 ž ') * . / - * . / 0 \$ *]) / * ' ' • . \$ ") 5 \$ / - * 1 - . * ' 0 5
 *) / - . / - " ' \$!! // \$ \$ ' \$ /) / \$ \$) 1 ' \$) / \$ ' *)
 - + + - .) / - 0) . * - / \$ \$) 1 # \$ () / * ' - / * \$
) \$ ' + - . \$) / * 0 / * - ' ' * . / 0 \$ * \$) . \$ (()
 " - \$ / - ' ' •) \$ 1 - . \$ / U // * ' \$ ' - * 0 * - ! ' 0)
 ' ' • 5 \$ *) . \$) - " \$ \$ - " \$) \$) \$ / (\$) . 0 \$. \$)
 ! * - 5 (0 . * ' - ' ' . \$) - * (+ * . / ! * 1 \$ ' . 0 " - \$.
 , 0 * / \$ \$) *) , 0 . / * * & / \$ '] \$) " - * \$ *) / - . / -
 - . \$. /) 5 (0 . * ' -) # ' ' •) 5 \$) * ' 0 . / * + - * ..
 (0 . * ' - + 0 g .. - - ' ') / / * + - 5 \$ ' () / \$) 1 - / \$ /
 , 0 \$ ' \$ - / 0) - " * ' - // \$ 1 \$ / U ! \$. \$ ' , 0 . / *
 \$) / " - / * - \$. * // * *) . \$ " ' \$ * (\$ * Ÿ '
 ž • - " \$) \$)] 0) (\$) * \$ * # . / \$ (* ' ' • .. \$ *) \$ / - \$
) ' ' ' 0 ') * / ' \$ ' \$..) 5 \$ ' + - \$ ' () /) \$ () / *
 \$. + \$ " * . / * ! ' \$ / (\$) ' \$) 1 ' " - 5 \$ 0)
 * // \$ (\$ 5 5 ' • .. - \$ () / * .) 5 !! // \$ ' ' / - ' \$ ' - \$ ()
 (\$ " ' \$ * - \$ ' - \$ (* ' ' () / * 1 . * ' - ') , 0 . / * (* * \$ ()
 (0 . * ' - \$ 0 . / \$ ' ' • \$ (+ // * \$ - \$ ' \$ ' \$ - \$ ' *) /
 0) (.. (0 . * ' - / *) \$ \$) (\$ Ÿ '
 - \$ - # * \$) 1 * / * † • + - . *) *) " * 1 \$ ' . 0
 + - \$ (*] . / / * / * \$ ' * & / \$ ' - " \$) \$) \$ / (\$) ' -
 ! ' *) \$) \$ *) ~ ' f " - ((\$ ' ' • 0) , } } (" ' ' • / - +
 \$) 1 ' + ' * ' ž \$ - \$. 0 / / \$] (- . * # \$ ' + - \$ ()
 * . / * \$ #) ! \$ \$ / * . \$ \$ 0) (\$ " ' \$ * - () / * ' '
 0) \$) - () / * \$ € } (/ - \$ ' ' \$. /) 5 + - * - . \$) f
 . \$ ' ' ! * - 5 \$ + - . (\$. 0 - / *) 0) \$) (* (/ - * #
 # \$ ' \$ ' \$ g . \$ ") \$! \$ + - ' •) 5 \$) * 0) (\$ " ' \$ * - () / *
 - \$ 0 5 \$ *) ' - \$. # \$ * \$ (* - / ' \$ / U ' - \$ * 1 - \$ \$. \$)
 ž ' ' * . / 0 \$ * 0) , 0 \$ (* \$ (* . / - / * # \$ 0 * (+
 . \$) / * (\$ ' " / \$ ' ' + - \$ / \$ (.. ! * - 5 (0 . * ' - '
 ((\$) - ' * ' 5 5 ' . /) # 5 5 !!)) * ' . \$ (* *) 1
 .. - 0) . * ' 0 5 \$ *) 1 ' \$) # \$) ..) 5 \$ *) "
 . - * +) \$ Ÿ ' *) ' 0) \$ '



[CPH\IH¥Ë HY;IËÀ m^
 IHD\^Y^NPHËDimDP;Y
 iPNH\Hi;xP^\HÁ

/HjI;IËÀ HËIi;jM^i[;xP^
 IHiiPI^iP^Ër;\^ËN^rHi

\HiNP;¥ HY^PIË I;YP
 M^iIHËF;ËDiPjPË[:ËjH

;YDP^¥Ë ^PI^IËFPË
 j;i?Ë ;I;YHËFPËD;[CP

EKcMBM ac

)

*+ 1 * ,+ wuww1 *!) + ! ,!) +, !) '* !! + 6 ! ! !) 1 ! '!' *+ *) 1

:Dh



9LWDPLQD & H
DUJLQLQD TXHO PL[
FKH ULQJLRYDQLVFH L
PXVFROL GHJOL DQ]LDQL

4RENTAÒMETRIÒINÒPI"ÒPERÒ ÒMETRIÒPERCORSIÒINÒ ÒMI
LAÒQUALIT•ÒDIÒVITAÒMAÒRIDUCONOÒANCHEÒDISABILIT•ÒEC
&ONDAZIONEÒ0OLICLINICOÒ5NIVERSITARIOÒ!GOSTINOÒ'EME
2OMAÒSULÒ,ONGÒ#OVID

uw) wuww vu•yy w ,+ ++,)

,AÒPERDITAÒDIÒMASSAÒMUSCOLAREÒ~ÒUNÒPROCESSOÒINEVITABILE
L AVANZAREÒDELL ET• Ò3TUDIÒEPIDEMIOLOGICO -0 +9783 .ÒF

Ò ANNI Ò SI Ò VERIDCA Ò UNA Ò PERDITA Ò DELLA
OGNI Ò ANNI Ò 4RA Ò IÒ Ò È Ò IÒ Ò ANNI Ò IN
MUSCOLARE Ò SI Ò ATTESTA Ò DAL Ò Ò AL Ò Ò
SINO Ò AD Ò UNA Ò PERDITA Ò DEL Ò Ò PER Ò DEC
OARALLELAMENTE Ò SI Ò REGISTRA Ò IN Ò MEDIA
MUSCOLARE Ò DELL ORDINE Ò DI Ò Ò PER Ò
RITMO Ò DI Ò DEPAUPERAMENTO Ò DEL Ò PATRIM
COMPORTA Ò IL Ò DIMEZZAMENTO Ò ENTRO Ò IÒ

\$ QGUHD \$ SUHD
FDPDQD VEDUF

(- +9-(3 &%6)2(732

-A Ò Ò POSSIBILE Ò ALMENO Ò PARZIALMENTE

DELL OROLOGIO Ò BIOLOGICO Ò GRAZIE Ò A Ò UN Ò MIX Ò DI Ò !RGININA Ò È Ò 6IT
1UESTA Ò ASSOCIAZIONE Ò SVOLGE Ò UN Ò RUOLO Ò SINERGICO Ò PER Ò LA Ò S
DELL OSSIDO Ò NITRICO Ò SINTASI Ò CRUCIALE Ò PER Ò POTENZIARE Ò IL Ò S
IMMUNITARIO Ò È Ò PROTEGGERE Ò L ENDOTELIO Ò È ~~AIUTANDO~~ ~~CCCC~~ ~~CA~~ Ò F
LA Ò FORZA Ò È Ò LA Ò MASSA Ò MUSCOLARE Ò È Ò MIGLIORANDO Ò SIGNIFICATI
SINTOMI Ò DI Ò STANCHEZZA Ò È Ò DEBOLEZZA Ò LEIOMATOSI Ò MALE Ò AVP Ò Z Ò RTUA Ò DI
MANGIATO Ò DALL ET Ò Ò) Ò ALTRE Ò PAROLE Ò QUANTO Ò MENO Ò È Ò TRIM Ò M Ò P Ò V Ò A
MASSA Ò MUSCOLARE Ò NEGLI Ò ANZIANI

EKKM :VBLE

!abEX^X`XaMœ BXUE DMJ
a:TcbE DETTE Xaa: : bcbf
XUE aBEKTME`E TX a^X`
UMac`: DM A:UAMVX

: TXVKEhMb;ç ,V: _cEabMXVE DM E_cMTMA`
DM `:XT: UMTM: MBE`XVE
v~ *EbbEUA`E wuww

!D Ò APRIRE Ò LA Ò STRADA Ò ALL UTILIZZO Ò DI Ò QUESTO Ò MIX Ò PER Ò CONTI
DEGLI Ò emETTI Ò PI Ò Ò COMUNI Ò LEGATI Ò ALL INVECCHIAMENTO Ò Ò Ò UNO Ò
,ONG Ò # Ò OVID Ò CONDOTTO Ò DAI Ò GERIATRI Ò DEL Ò \$AY Ò (OSPITAL Ò POST #
&ONDAZIONE Ò 0OLICLINICO Ò 5NIVERSITARIO Ò !GOSTINO Ò 'EMELLI Ò)2##3
5NIVERSIT Ò # Ò ATTOLICA Ò # Ò AMPUS Ò DI Ò 2OMA Ò APPENA Ò PUBBLICATO Ò S
RIVISITATI Ò È Ò PRESENTATO Ò AL Ò CONGRESSO Ò NAZIONALE Ò DELLA Ò 3OC
)TALIANA Ò DI Ò 'ERONTOLOGIA Ò È Ò 'ERIA TRIA Ò 3)' Ò CHE Ò SI Ò CONCLUDE
DOMANI

7%098)

X abcDMX

1RQ FKLDPDWHOL YI
]RPELH

)L Ò NOSTRO Ò STUDIO Ò Ò Ò NATO Ò DALL ESIGENZA Ò DI Ò TROVARE Ò SOLUZIONI
CONTRASTARE Ò GLI Ò emETTI Ò DEBILITANTI Ò È Ò INVALIDANTI Ò DEL Ò ,ONG
SEMBRA Ò RAPPRESENTARE Ò UNA Ò SORTA Ò DI Ò INVECCHIAMENTO
ACCELERATO Ò RISPETTANDO Ò IL PRINCIPALE Ò È Ò 3)' Ò È Ò QUANTO
DELLO Ò STUDIO Ò È Ò CONSTATO Ò CHE Ò ATRA Ò ALL 5NIVERSIT Ò # Ò # Ò ATTOLICA
DEL Ò 3ACRO Ò # Ò UORE Ò Ò \$UNQUE Ò LA Ò SCOPERTA Ò DELL AZIONE Ò SINER
!RGININA Ò È Ò 6ITAMINA Ò # Ò SUI Ò SINTOMI Ò LEGATI Ò ALLA Ò MASSA Ò MUSCOLARE Ò
MUSCOLARE Ò DELLA Ò SINDROME Ò POST # Ò OVID Ò CONDOTTO Ò DAI Ò GERIATRI Ò DEL Ò \$AY Ò (OSPITAL Ò POST #
L INTEGRAZIONE Ò QUOTIDIANA Ò CON Ò QUESTO Ò COCKTAIL Ò Ò Ò IN Ò GRAD

*LRUQDWD`ORQGLDO
QHOPRQGR`XQSDJL
QROAUKTQREFFHVVRDC
%T`#%T
&RVuLWHVW`VX`PL
LOULVFKLR`GL`LQFI

069720

CONTRASTARE LA PERDITA DI FORZA È RESISTENZA MUSCOLARE
DELL'ANZIANO È UN PROCESSO DI EROSIONE DEL MUSCOLO
RALLENTATO È PARZIALMENTE INVERTITO GRAZIE A UNA DIETA
A UNA REGOLARE ATTIVITÀ FISICA. QUESTO SI APANCA UTILI
INTEGRATORI SOTTO CONSIGLIO MEDICO. PIKKM XYXXI PI RSXM

!abEX^X`XaMœ BXUE DMJEVDE`E T: a:TcbE DETTE
Xaa: : bcbbe TE Eb;
DM TEaa:VD`: 1XT^E
wu !bbXA`E wuww

, UNIONE DI QUESTE SOSTANZE SEMBRA AVERE QUINDI UN IMPATTO
POSITIVO SULLA SALUTE DEGLI ANZIANI. L'ARGININA È UN AMINO
STIMOLA L'OSSIDO NITRICO SINTASI ENZIMA CHIAVE NELLE CELLE
ENDOTELIALI ESSENZIALE PER IL MANTENIMENTO DELLA MASSA
MUSCOLARE. INVECE, GRAZIE AD UNA
NANOTECNOLOGIA CHE OTTIMIZZA L'ASSORBIMENTO SENZA EFFETTI
COLLATERALI, RIDUCE LO STRESS OSSIDATIVO E MIGLIORA IL RIFUSO
VASCOLARE. IN QUESTO MODO DIMINUISCE I DANNI MUSCOLARI
DALL'IMPATTO DEI RADICALI LIBERI, CONTRIBUENDO A MANTENERE LA
MASSA MUSCOLARE TONICA E DINAMICA.

1Mb:UMVE MV ŽJMTU•œ TE VcXhE J`XVbME`E
DETT•MVbEK`:mMXVE :TMUEVb:`E
DM `U: œ `M:
v{ `XhEUA`E wuww

IL NOSTRO STUDIO HA COINVOLTO 100 PERSONE CON UN'ANZIANITÀ MEDIA DI 75 ANNI.
A RICERCA HA COINVOLTO 50 PERSONE CON UN'ANZIANITÀ MEDIA DI 75 ANNI, 50
DUE GRUPPI. AL PRIMO È STATO DATO IL COCKTAIL DI ARGININA E
RISPETTIVAMENTE DUE GRAMMI DI ARGININA CON UN PLACEBO. IL
DELL'ALTRA. PERÒ, DOPO 12 SETTIMANE, IL GRUPPO CHE HA PRESO IL
UNO MIGLIORAMENTO DELLA CAPACITÀ DI CAMMINO CON UN INCREMENTO
DI 1 METRO DELLA DISTANZA PERCORSA IN 60 SECONDI. IL PASSO
DELLA FORZA DI PRESA MISURATA CON UN DINAMOMETRO CHE È
DA 0 A 100 CHILI È SIGNIFICANTEMENTE AUMENTATA. ANZIANO UNO
MIGLIORAMENTO DELLA QUALITÀ DELLA VITA È UNA RIDUZIONE DEL RISCHIO
DI MORTALITÀ E DISABILITÀ.

IL NOSTRO STUDIO HA DIMOSTRATO CHE IL COCKTAIL DI ARGININA
E UNO DEI COMPOSTI RIDUCONO I SINTOMI LEGATI ALLA PERDITA DI
FORZA MUSCOLARE, COME IL COLTAPASSO, IL CAMMINARE DEBOLEZZA
E LA STANCHEZZA. AMANO È SIAMO CONVINTI CHE POSSANO ESSERE

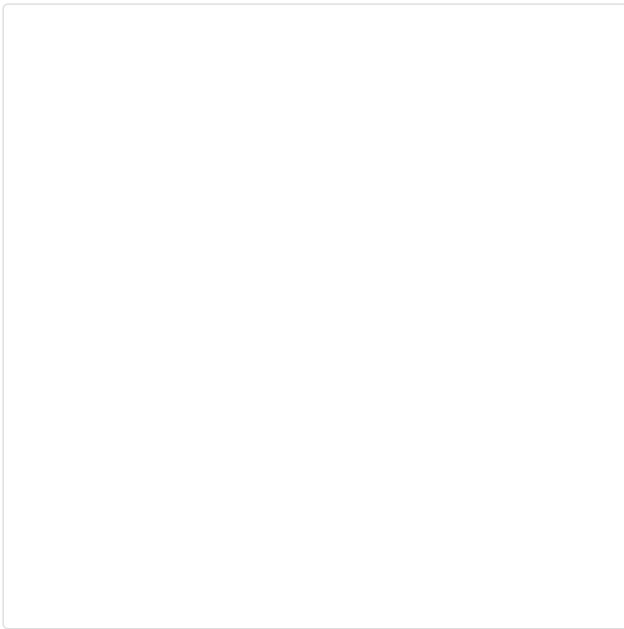
069720

1HZV &DQDOQLQLVLW&LO H;WUD 7RROER[

3XEEOLFLW

-"\$)\$) \$/ (\$) ! '\$\$/) * \$' - 0+ - * (0. *' - +*./ *1\$

3XEEOLFLW



)\$50\$&± 5('\$=,21('2771(7 _

*/-) #) 3 . . .
*)/- ./ - '
!\$. \$*' "\$ \$ + - \$/ \$
(.. (0. *' -) "\$ \$ / \$
)5\$)\$ \$)~0)5 /-\$+'\$
\$' -\$. # \$ * \$
£ ..0)5\$*) \$ 0) (\$ \$ *1 -\$
\$ - "\$)\$)
\$/ (\$) +0m
! 1*-\$- \$' - 0+ -*./\$/0\$. *) *
\$!*-5 - .\$/)5 TM '')5
(0. *' -) '' *)/- * \$' \$ /
+ - .*) *) *) " + - + -' - *) '
*1\$ TM + - + -' - *) '
+- * \$' () / TM \$./\$/05\$*)\$
*)/- ./ - '
!\$. \$*' "\$ \$ + - \$/ \$ (.. (0. *' -) "\$ \$)5\$)\$ ~ > ,0)/* (- " 0 (*) \$ TM 0 (\$' / \$
*) *// * \$ " -\$ /-\$ ' 4 *+\$/ ' +*./- *1\$ '' *) 5\$*) - * (\$ \$)\$ OE \$)
)\$1 - ./ - \$ * "/\$)* ('\$ \$ * (+0 '\$ / * .0'' -\$1\$. ")0/- \$)/ .
+- .) / / * ' *) - .. *) 5\$ TM ' * \$ / V / '\$) \$ - *) / * * \$ 0 * 1
- \$ / - \$ 1 ~ α ') * . / - * . / 0 \$ * ^) / * ' £ . \$ ") 5 \$ / - * 1 - * ((\$ 5 \$ *) \$) " -
\$ *) / - ./ - "\$!! // \$ \$ \$ /) / \$ \$) 1 '\$) / \$ ' *) " *1\$ TM ' 0 / . (-
- + + - .) / - 0) . * - / \$ \$) 1 # \$ () / * ' - / * α TM . + \$ " -) . *) \$ TM
+- . \$) / * 0 / * - ' ' * . / 0 \$ * \$) . \$ (// * * . / * TM " - \$ / -
' £) \$ 1 - . \$ / V // * \$ ' - * 0 * -

!\$. \$*' "\$ \$ + - \$/ \$ (.. (0. *' -) "\$ \$)5\$)\$ ~ > ,0)/* (- " 0 (*) \$ TM 0 (\$' / \$
*) *// * \$ " -\$ /-\$ ' 4 *+\$/ ' +*./- *1\$ '' *) 5\$*) - * (\$ \$)\$ OE \$)
)\$1 - ./ - \$ * "/\$)* ('\$ \$ * (+0 '\$ / * .0'' -\$1\$. ")0/- \$)/ .
+- .) / / * ' *) - .. *) 5\$ TM ' * \$ / V / '\$) \$ - *) / * * \$ 0 * 1
- \$ / - \$ 1 ~ α ') * . / - * . / 0 \$ * ^) / * ' £ . \$ ") 5 \$ / - * 1 - * ((\$ 5 \$ *) \$) " -
\$ *) / - ./ - "\$!! // \$ \$ \$ /) / \$ \$) 1 '\$) / \$ ' *) " *1\$ TM ' 0 / . (-
- + + - .) / - 0) . * - / \$ \$) 1 # \$ () / * ' - / * α TM . + \$ " -) . *) \$ TM
+- . \$) / * 0 / * - ' ' * . / 0 \$ * \$) . \$ (// * * . / * TM " - \$ / -
' £) \$ 1 - . \$ / V // * \$ ' - * 0 * -
- \$ - # * \$) 1 * ' / * % , + - . *) *) " * 1 \$ TM . 0 \$ 1 \$. !) 0 " - 0
\$ ' + - \$ (* . #) / * + - + OE "\$ * -) \$ \$ ' * & / \$ ' - "\$) \$) \$ / (\$) 4 \$ ' . !) * TM
\$) 1 TM 0) + ' ~ \$ - \$. 0 / / \$ ^ (- . * # \$ ' + - \$ (* " - 0 + + * #) ! \$ \$ / * . \$ \$
(\$ " '\$ * - () / * ' + \$ / V \$ ((\$) * . \$ ' ! * - 5 ' ' + - . \$ \$) + - / \$ * ' - TM ^
- \$ 0 . \$ / * * (+ \$ - † , (/ - \$ / \$) + \$) (\$. 0 - ' \$. /) 5 + - * - . \$) \$
(\$) 0 / \$ + .. * 1 ' * TM () / - *) ^ .. / 0) * \$) . - (- 1 / * / \$)
, 0) / \$ 1 1) * .. 0) / * \$ ' + ' ~ ! * - 5 ' ' + - . *) ' () * ^ - . \$ 0 / TM
\$) 1 TM \$ † TM ^ & " - \$. + // * 0) (\$ " '\$ * - () / * \$... & " . * ' /) / * \$) , 0) / \$ 1 1) *
.. 0) / * \$ ' + ' ~ α . * + - / ' £ 5 \$ *) . \$) - \$ \$ - \$) \$) D Q W \$ / J L (\$) H O O D \$
. \$) / * (\$ ' " / \$ ' ' (.. ' ' ! * - 5 (0 . * ' - ' ' . \$) - * (+ * / G L J L W D O \$) J L L R Q H L Q
' £ \$) / " - 5 \$ *) , 0 * / \$ \$) *) , 0 . / * * & / \$ ' ^ \$) " - * \$ \$ 3 0 \$ 5 . / - ' + - \$ /
\$! * - 5 - . \$ (0 .) 5 * ' -) # ' ' £) 5 \$) * α TM " " \$ 0) ") \$ ~ \$ 0 . / *
+- * .. * \$ - * (0 \$ *) - + 0 m .. - - ') / / * + - 5 \$ ' () / \$) 1 - / \$ / *

069720

"- 5\$ 0) \$ / ,0\$'\$ - / 0) - "*" - // \$1\$/V !\$.\$ ~ ,0 ./ * . \$!!\$)
'£0/\$'\$55* \$ \$)/ " - / * - \$. * // * *) . \$ " '\$ * (\$ * ~

/D GLDJQRVL SUHFRFH L
UHXPDWRRORJLD

5(80\$72/2*,\$

. ! , , .

- (\$ \$ \$ * ' / -
(\$ '\$ \$ *) \$ \$ \$)
.. 0 (*) * \$ \$
+ \$ ' ' * ' ' ' = \$.

* 1 \$ TM \$ ' 1 \$ - 0 , ELVRUQL GH0 SDJLHQW
' 0) " * . 0 \$ \$ GD SVRULDVL
*) ! 5 \$ *) \$ ' '(50\$72/2*,\$
. 0 + - (- / *

)\$50\$&_ 5('\$=,21('2771(7 _

,1)(77,92/2*_5('\$=,21('2771(7 _

£ ..0)5\$*) +0m *(+*-/ - +-* ' (\$-\$ ("\$\$*- + -/ \$ +-* *// \$ '\$()/ -\$
-)5 ' /- // () * TM *) ! 0 . \$ *) /- ./ / \$. \$ ^ - "\$\$.- / * 0) □ ' * . \$ ") \$! \$ / \$ 1 * □ \$
\$ 1 - . (\$ \$) ..0(- TM * . d * \$ 1 \$ ' \$ \$ 1 \$ - 0 .) ' ' + - \$ († ^ * - * + * ' '
-\$. # \$ * \$ 1) / \$ 1 1 - . \$ * \$ - \$ * // *) / ! (\$) 5 \$ \$ *) ' '
/ - + \$ * 1 0 / \$) / - 5 \$ *) \$ / - ! - (\$ * / -
. 0 ./ \$ \$) 0 / - \$) / \$

') \$ 0)
+ + + -
\$) ! * - (5 \$ *) \$
) * / \$! \$ # . !
! - (\$

* - /
* . / \$ / 0 5 \$ *) ' \$
' " \$ // \$ (* ' £ * ' \$ " *
' 1 \$) * + - / * \$
(\$ \$ TM * + - / * - \$
.) \$ / - \$ * 1 - % „

\$.) \$ _ 5('\$=,21('2771(7 _

"-\$) \$ \$ □ £ \$) \$ 5 \$ / \$ 1) . 0) ! 0 ('\$ (') 5 ('\$ = , 2 1 (' 2 7 7 1 (7 _
. ") ' / ' ' . / * \$ 5 \$ *) \$ \$ + (. *) / ") \$.) 5 \$ *) \$ # ! \$ * -) * \$ 0
*) + / * ' * " \$ - *) \$ # \$) 1 ' \$) / \$ (\$ \$ \$ \$) *) * . // / \$ - \$ + - # \$ - /) 0 / *
. * ' ' \$ / / * . 1 \$ ' 0 + + - 0) + + + - 1 -) \$) ' \$ \$ *) / - * \$ ' * 1 \$) *) ' £ # ! // * \$
(" " \$ * - () / \$) " - * \$ *) / - * ' ' - (" " \$ *) * \$) ! // \$ \$... CE , " \$ * -) \$! \$. / \$ + - - " \$ 0 . / \$! \$ -
+ * . \$ \$ \$ \$ -) 5 □ \$ ' () / * (+ \$ () * ' ' £ * ' \$ " * 1 \$) '

. .) ! . , , ! . . , - - ,

- (\$ \$ \$ * ' / -
(\$ '\$ \$ *) \$ \$ \$)
.. 0 (*) * \$ \$
+ \$ ' ' * ' ' ' = \$.

, 0 \$ / V \$ ' // \$ *
' ' 0 - ' // \$
\$ ((0) * - (\$ \$ /
! - (\$ \$ * . \$ (\$ ' - \$ TM
^ \$ (+ * - /) /
(// - * - \$)

)\$50\$&_ 5('\$=,21('2771(7 _

+RPH &KL VLDPRJDJLQH&RQWD&HWUWLILFDJLRQH +21FRGH

+RPH 0HGLFLQDLFHUFXWULJLQWQHVLFROFJLDVXROBRIEDH\$VWVXD\$PELQHQWH H 7HU
6FLHQJD H 7HQRXURHJJD

6(*8,&, 68 - - ã g a

35,02 3,\$12

\$57,&2/2 68&&(66,92

0DODWWLD GL &URKQ SHULDQEH FULXEXVWVLL
HFFHOHQWL GDOOØXVR GL VWDPLQDOL DXWRORJKH

6FRSHUWD DJLRQH V
H 9LWDPLQD & LO PI
PXVEROL GHJOL DQJI

\$57,&2/2 35(&'(17(

&DQFUR DOOR VWXGLR QXRYH PROHFRH SHU
FRQWUDVWUDH FUHVFLWD H UHSDLEDJLRQH GHOOH
FHOOXH WXPRUDOL

3UHVHQWDR LQ RFFDVLQRH GH HVL
WDOLDQD GL *HURQRORJLD H *HULDW
6DFUR &XRUH ILQR D GRPDQL L ULVXOV
DOOØLQWHJUDJLRQH RUDOH GL \$UJLQLC
PDVVD H IRUJD PXVFRODUH QHJOL DQJLI
7UHQWD PHWUL LQ SL» SHU PHWUL S
SUHVVLQRH GL SUHVD GD D FKLOL
GHOOØDQJLDQR PD ULGXFRQR DQFKH GL
IRUJD GL SUHVD a XQ LQGLFDWRUH /R V
)RQGDJLRQH 3ROLFOLQLFR 8QLYHUVLWD
&DWWROLFD &DPSXV GL 5RPD VXO /RQJ
H PJ GL 9LWDPLQD & DO G® SHU JL
SHUGLWD GL PXVFROR ÚPDQJLDWDÛ GD
QLWULFR VLQWDVL , ULVXOWDWL DSS
OØDJLRQH VLQHUJLFD GL \$UJLQLQD H 9I
LQYHUWLUH LO SURFHVV R GL SHUGLWD

'LJLWD LO WHUPLQH GI

/Ø('725,\$/((

6RJQL D QRQ ILQLUH
RVWDFROR
GLLFROHWWD &RFFR

5RPD GLFHPEUH
SHUGLWD GL PDV
XQ SURFHVV R LQI
OØDYDQJDUH GHC
HSLGHPLRORJLFL
SDUWLUH GDL

069720

XQD SHUGLWD GH
PXVFRODUH SDUL DOOØ RJQL DQQL
IRUJD PXVFRODUH VL DWWHVWD GDO D
VLQR DG XQD SHUGLWD GHO SHU GHFI

3DUDOOHODPHQWH VL UHJLVWUD LQ PHG
GHOOØRUGLQH GL SHU DQQR D SD
GHSDXSHUDPHQWR GHO SDWULPRQLR PX'
GLPHJ]DPHQWR HQWUR L DQQL GL HWç
ULSRUWDUH LQGLHWUR OH ODQFHWWH G
\$UJLQLQD H 9LWDPLQD & 4XHVWD DVVRF
VLQWHVL GHOOØRVVLGR QLWULFR VLQWI
LPPXQLWDULR H SURWHJJHUH OØHQGRWI
OD PDVVD PXVFRODUH H PLJOLRUDQGR V
VWDQFKHJ]D H GHEROHJ]D OHJDWL DOOD
,Q DOWUH SDUROH \$UJLQLQD H 9LWDPLQ
PXVFRODUH QHJOL DQJLDQL

6(6682/2*, \$

&RPH XVDUH WXWWL
DXPHQWDUH FRPSOL
FRSSLD
GDUFR 5RVVL

\$G DSULUH OD VWUDGD DOOØXWLOL]JR G
SL» FRPXQL OHJDWL DOOØLQYHFFKLDPH
GDL JHULDWUL GHO 'D\ +RVSLWDO SRVW
8QLYHUVLWDULR \$JRVWLQR *HPOOL ,5&
5RPD DSSHQD SXEEOLXVWURH SUKVOHQDQWLDWL
QD]LRQD OH GHOOØ 6RFLH Wç ,W DOL DQD (C
FRQFOXGHUç GRPDQL

&2081, &\$7, 67\$03\$

)DUPDFL WXWWH OH
SRUWDWD GL FOLFN
OHGLFLQDOL
, &

Ú,O QRVWUR VWXGLR a QDWR
GDOOØHVLJHQ]D GL WURYDUH
VROX]LRQL LQ JUDGR GL FRQWUDVWDUH
JOL HIIHWL GHLOLWDQWL H
LQYDOLGDQWL GHO /RQJ &RYLG FKH
VHPEUD UDSSUHVHQWDUH XQD
VRUWD GL LQYHFFKLDPHQWR
DFFHOHUDWR Õ VSLHJD)UDQFHVFR
/DQGL SUHV LGHQWH 6, **) UDQFHVFR /DQ
FRDXWRUH GHOOR VWXGLR LQVLPH D
ODWWHR 7RVDWR JHULDWUD DOOØ8QLYH
OD VFRSHUD GHOOØD]LRQH VLQHUJLFD
DOOD PDVVD H DOOD IRUJD PXVFRODUH C
FKH OØLQWHJUD]LRQH TXRWLGLDQD FRQ
OD SHUGLWD GL IRUJD H UHVLVWHQ]D PX
SURFHVVUR GL HURVLRQH PXVFRODUH SX'
LQYHUWLWR JUD]LH D XQD GLHWD HTXLO
TXHVWR VL DIILDQFD OØXWLOL]JR GL LQV
Ú/Ø\$UJLQLQD a XQ DPLQRDFLGR FKH VWL

/R VSRUW HOLVLU GL
DWWLYH OH GRQQH I
, &

7UD L PLJOLRUL ULF
VSHFLDOLVWL GHO *
7RS ILYH VFLHQWLVV
, &

(PHUJHQJH LQIHWLW
)RQGDJLRQH ,1) \$&7
3DYLD FDSRILOD LQ
,VV H &QU

129

'LDJQRVWLFV DYDQJ
DUULYD D 3LVD LQQ
FRQWHJJLR GL IRWR

129

\$O YLD LO xFHUWLIL
WHOHPDWLFR LQWUR
6DQ *LRYDQQL GL 5F

129

*LRUQDWD PRQGLDO
GRYH HIIHWXDUH L
5RPDJQD

129

FKLDYH QHOOH FHOOXOH HQGRWHOLDOL
PXVFRODUH Õ VSLHJD 7RVDWR Õ /D 9LWE
QDQRWHFQRORJLD FKH QH RWWLPLJJD O
ULGXFH OR VWUHV V RVVLGDWLYR H PLJO
PRGR GLPLQXLVVFH L GDQQL PXVFRODUL
FRQWULEXHQGR D PDQWHQHUH XQD PDV'

/D ULFHUFD KD FRLQYROWR SHUVRQH
DO SULPR a VWDWR GDWR LO FRFNWDLO
IODFRQFLQL FRQ JUDPPL GHOOØXQD I
VHFRQGR LQYHFH GHO SODFHER

Ú'DL ULVXOWDWL a HPHUVR FKH LO SULPI
EHQHILFLDWR VLD GL XQ PLJOLRUDPHQW
LQFUHPHQWR GL PHWUL GHOOD GLVWD
VLD GHOOD IRUJD GL SUHVD PLVXUDWD F
D FKLLOL &L' VLJQLILFD SHU OØDQJLD
YLWD H XQD ULGXJLRQH GHO ULVFKLR GL

Ú1HOOR VWXGLR GXQTXH DEELDPR GLPRV
VLQWRPL OHJDWL DOOD SHUGLWD GL PD'
FDPPLQDUH GHEROHJJD VWDQFKHJJD H
SRVVDQR HVVHUH XQD VROXJLRQH YDOLC
DQJLDQL FRQ VDUFRSHQLDÚ FRQFOXGH

&RQGLYLGL OD QRWLJLD FRQ L WXRL DPLFL



7RUQD DOOD KRPH S

6DOYD FRPH 3')

7DJ DQJLI \$UJLQ)UDQFHVF ORQJ E PDVVD PXV ODWWHR 7RVDWR
PXVFI VDUFRS 9LWDPLQD &

/H LQIRUPDJLRQL SUHVHQWL QHO VLWR GHYRQR VHUULUH D PLJOI
QHVVXQ FDVR VRVWLWXLVFRQR OD FRQVXOHQJD PHGLFD VSHFLDO
GL GLVWXUEL H R PDODWWLH a VHPSUH QHFHVVDULR ULYROJHUVI

¶ 3275(%%(\$1&+(,17(5(66\$57,

,PDJLQJ DYDQ\$, '6 RJQL DQC HQQH HVFH I
GLDJQRVL GHIPRQGR GRSR WUH PH
SDWRORJLD FILQIHJLRQL SH1HXURWXWD O
(FFR FRPH VL 1XRYD SURFH(QHO VXR SHUI
ULVFKLR GL LULFRQRVVFHUHULDELOLWDWL

s]š u]v ŒP]v]v U <µ o u]Æ Z -Œ]vP]}À

dŒ vš u šŒ]]v %o]¶ %o Œ ñiì u šŒ] %o Œ }Œ•]]v ò u]vµš] %o ••} v}v •}o} u]Po]}Œ v} o <µ o]š] À]š u Œ] µ }v} v Z]•]o Œ] }À Œ]X•µPP Œ]• µv} •šµ]} oo &}v ì]]v W}o] o]v] hv]À Œ•]š Œ]} P}•š]v} ' u oo]/Z ^rhv]À Œ•]š šš}o] u%µ•]Z} •µo >}vP>}À Œ]š] u •• uµ• }o Œ µv %o Œ} ••}]v À]š]o }v o- À v] Œ oo- š X ^šµ] %o] u]}o}P]]]v] v} Z %o Œš]Œ vv] •] À Œ]([µv %o Œ]š oo (}Œì uµ• }o Œ %o Œ] oo-ô9 }Pv dŒ] ñi] ói vv]U]vÀ U o %o Œ]š] (}Œì uµ• }o Œ •] šš • o ïi9U %o Œ} v } %o Œ}PŒ ••}À u vš •]v} µv %o Œ]š o ïi9 Œ P]•šŒ]v u] µv %o Œ]š] u •• uµ• }o Œ oo-}Œ]v] íUñ %o µ%o Œ u vš } o %o šŒ]u}v]} uµ• }o Œ Z v }u%o}Œš]o]%o}•• ou v} %o Œì] ou vš U Œ] %o}Œš Œ]v] šŒ} o o v šš oo-}Œ}o}P Yµ •š ••}] ì]]v •À}oP µv Œµ}o} •]v ŒP] } %o Œ o •]vš •] oo-}••]uµµv]š Œ]} %o Œ}š PP Œ o- v }š o]}U]µš v } }•^ Œ] %o Œ]••]Pv]([š]À u vš] •]vš}u]] •š v Z ìì }o ìì o P š] oo %o Œ]š <µ •š} u]Æ -Œ]vP]}À v]• - o u ••> uµ}v}Po Œš W Phov vµ]•š]W W]o<µ] Œ}vò ^ šš u Œ ïi%Œ]Œ o •šŒ oo-µš]o]ìì}] <µ •š} u]Æ %o Œ o P š] oo-]vÀ Z] u vš}U µv} •šµ]} •µo >}vP }À]v }šš} &}v ì]]v W}o] o]v] } hv]À Œ•]š Œ]} P}•š]v} ' u oo]/Z ^ r hv]À Œ•] •µoo Œ]À]•š EµšŒ] vš • %o Œ • vš š } o }vPŒ ••} v ì]]v o oo ^ }]v oµ Œ >}u•šµX]o v}•šŒ} •šµ]} v š} oo- •]P v]] šŒ}À Œ ((šš]]o]š vš]]vÀ o] vš] o >}vP }À] U Z • u Œ Œ %o %o Œ %o] P &Œ v • } > v]U %o Œ •] vš ^/' ' }µš}Œ oo} •šµ]} }v D o ^ Œ} µ}Œ rX µv<µ o • }%o Œš oo- ì]]v •]v ŒP]] ŒP]v] (}Œì uµ• }o Œ oo •]v Œ]u %o}•šr }À] U •µPP Œ]• Z o-]vš PŒ]všŒ •š Œ o %o Œ]š] (}Œì Œ •]•š v] uµ• }o Œ v Z oo- v] •• Œ Œ oo vš š } %o Œì] ou vš]vÀ Œš]š} PŒ ì] µv] š <µ] ([]v o-µš]o]ìì}]]vš PŒ š}ŒK•šš}Œ}Œ]•]Po]}uu](}v-XŒ o • oµš] o •• v Œ ïi9KŒ%o} Œ >îµv]}v] <µ •š •}•š v] • u Œ À Œ <µ]v] µ Po] v]]vX ->- ŒP]v]v µv u]v}]} Z •š]u}o o-}••} }v]šŒ •• v]] o %o Œ]o u vš v]u vš} oo u •• uµ• }o Œ r•%o] P d v v}š v}o}P] Z v }šš]u]ìì o- ••}Œ]u vš} • v] ((šš] }oo š Œ]u} oo u vš} À • }o Œ X /v <µ •š} u} }]u]vµ]•] vv] uµ• }c }všŒ] µ v } u vš v Œ µv u •• uµ• }os]Œ uš]v]]v 2(]vuu-U e oo-]vš PŒ ì]]v]Œ]uvš Œ Œ]À u Œ Wiñ] vš] }v >}vPŒ]À]Œ Z %o Œ•}v }v >}vP }À] U •µ]À]•]]v µ PŒµ%o%o]W o %o Œ] Œ]•%o šš]À u vš µ (o }v]v] }v íUò PŒ uu] oo-µv ñiì uP %o o }X -]Œ]•µoš š] u Œ•} Z]o %o Œ]u} PŒµ%o%o} r•%o] P %o]š] uu]v}U }v µv]v Œ u vš}] ïi u šŒ] oo]•š v] %o Œ] %o Œ • u]•µŒ š }v µv]v u}u šŒ} Z %o •• š ïi íó Z]o]X oo <µ o]š oo À]š µv Œ] µì]]v o Œ]• Z]-E]ou}Œ•šµ]š Uµ Œ] > v] r] u}]u}•šŒ š} Z] µ }u%o}•š] Œ] µ }v}] •]vš}u] o P š]]((] }oš uu]v Œ U }o ìì U •š v Z ìì ((vv}U •] u} }vÀ]v v Z]v •• v]] >}vP }À] %o Œ Po]E}w]] w]]šŒ}Œ%o%o}švŒ-Œ o- u}(] &Œ v •îŒ Œ]À u Œ ïiì

069720

3#12-1'2-1-,20'3'11# ** 3''#,!#''Y -2'8#",

//0 / à -" *" / " " " 0 "/- / " " /5» " . " -" **

^[H ;iP ;jHil; ;f^ZP*;ZHi[^.;ZHi^\ i^\;D; mDP\; D^\^[P; *^ZPIPd;^\iil /r»H» ^jjPf |

IIm;ZPI?

NNP^\;i^\»PZ¿» PDH[C

HiP;liP¿» [Pt» iNP\P\;» H» 5PI;[P\;»
[mjD^ZP» FHNZP» ;\xP;\P

FRF[P\ PDH[CiH» ,%» ,E^\;jPNZP;i^\»F;»

Buttons: ».O;iH, ;DHC^^, 4 /sPIIH, (*P\IHij)

0 / æ"-

IIm;ZPI?F[P^
^FPMPHF»F;IH¿» PDH[CiH»,%» ,€
HIIP\P¿» Ý5^NZP^\^\»FP
[;» *F»jP\Pjli;» \^\»HjPjl

IIm;ZPI?
*F%» ½» .DOZHP\¿
D^ZZHIIPr^\%» \^\»D
iPjDOP»jDPjjP^\H
:FIP^
^FPMPHF»F;IH¿» PDH[C

ffH\;» *mCCZPD;IP POLRUD IRUJD H UHVLVWHQJD VWXGLR GHOOD)RQGDILRQH *HPHOO

Form with input fields and labels: IIm;ZPI?, ^FPMPHF»F;IH¿» PDH[CiH»,%» ,€, %HWWLQL İ9RJCLRQR, GLVWUXJJHUFL PD 3G, VLQLVWUD QRQ HVEVWH, IIm;ZPI?, ^FPMPHF»F;IH¿» PDH[CiH»,%» ,€, 3G (6FKOHLQ, SHUFRUVR FROOHVWL, QRQ FUHGR D ULVFK, VFLVVLQRH

5RPD GLF DVNDQHZV ì /D SHUGLWD GL PDVVD PXVFRODUH F XQS
LQHYLWDELOH FRQ OİDYDQJDUH GHOOİHWç 6WXGL HSLGHPLRORJLFL L
%HWWLQL İ9RJCLRQRUWLUH GDL DQQL VL YHULILFD XQD SHUGLWD GHOOD IRUJD PXVFI
GLVWUXJJHUFL PD 3G DQQL RJQL DQQL 7UD L H L DQQL LQYHFH OD SHUGLWD GL I
VLQLVWUD QRQ HVEVWH DQQL 7UD L H L DQQL LQYHFH OD SHUGLWD GL I
PXVFRODUH VL DWWHVVD GDO DO SURFHGHQGRF SURJUHVVVYVYF
DG XQD SHUGLWD GHO SHU GHFDGH GRSR L DQQL 3PZPUDPHOZ
UHJLVWUD LQ PHGLD XQD SHUGLWD GL PDVVD PXVFRODUH GHOOİHWç
3G (6FKOHLQ SDUWLUH GDL DQQL 8Q ULWPR GL GHODD SHUHQWR
SHUFRUVR FROOHVWL DQQR D SDUWLUH GDL DQQL 8Q ULWPR GL GHODD SHUHQWR
QRQ FUHGR D ULVFK SDWULPRQLR PXVFRODUH FKH QH FRPSRUWD LO GLPHIİDPHQWR HQW
VFLVVLQRH GL HWç OD a SRVVLELOH DOPHQR SDUJLDOPHQWH ULSRUWUDH LQGL

069720

Ilm;ZP!?
^FPMPHF»F;IH¿» PDR[CiH».%
€.,
6XL VRFLDO LO FDVR
)DKLPHK .DULPL
ISOOHQDWULFH GL
SDOODYROR OIKDQQR
FRGGDQQDWD D PRUWD

GHOORURORJLR ELRORJLFR JUDJLH D XQ PL[GL \$UJLQLQD H PAMDP LFC
 DVVRFLD]LRQH VYROJH XQ UXROR VLQHUJLFR SHU OD VZLHWDMZHZD
 VLQWDVL FUXFLDOH SHU SRWHQJLDUH LO VLVWHPD LPPXQLWDULR H
 QHGRGRWHOLR DLXWDQGR FRV® D ULSULVWLQDUH OD IRUJD H OD PD
 PRUWDORUDQGR VLJQLILFDWLYDPHQWH L VLQWRPL GL VWDQFKH]]D H GH
 DOOD SHUGLWD GL PXVFROR ÑPDQJLDWRÒ GDOOIHW¢ ,Q DOWUH SDUR
 9LWDPLQD & LQVLPH ÑULQJLRYDQLVFRQRÒ OD PDVVD PXVFRODUH QH
 \$G DSULUH OD VWUDGD DOOIXWLQJ]]R GL TXHVWR PL[SHU FRQWUDV
 HIIHWL SL» FRPXQL OHJDWL DOOILQYHFFKLDPHQWR ª XQR VWXGLR
 &RYLG FRQGRWWR GDL JHULDWUL GHO 'D\ +RVSLWDO SRVW &RYLG GH
 3ROLFOLQLFR 8QLYHUVLWDULR \$JRVWLQR *HPOOL ,5&&6 Ì 8QLYHUVL
 &DPSXV GL 5RPD DSSHQD SXEEOLFDR VXOOD ULYLVWD 1XWULHQWV
 DO FRQJUHVVOR QD]LRQDOH GHOOD 6RFLHW¢ ,WDOLDQD GL *HURQWROI
 6,* FKH VL FRQFOXGHU¢ GRPDQL

Ñ,O QRVWUR VWXGLR ª QDWR GDOOIHVLJHQJD GL WURYDUH VROX]LRQ
 FRQWUDVWUDUH JOL HIIHWL GHELOLWDQWL H LQYDOLGDQWL GHO /R
 VHPEUD UDSSUHVHQWUDUH XQD VRUWD GL LQYHFFKLDPHQWR DFFHOHI
)UDQFHVFR /DQGL SUHVLGHQWH 6,** H FRDXWRUH GHOOR VWXGLR L
 ODWWHR 7RVDWR JHULDWUD DOOÏ8QLYHUVLW¢ &DWWROLFDF GHO 6DF
 'XQTXH OD VFRSHUWD GHOOD]LRQH VLQHUJLFD GL \$UJLQLQD H 9LWD
 VLQWRPL OHJDWL DOOD PDVVD H DOOD IRUJD PXVFRODUH GHOOD VLQ
 &RYLG VXJJHULVFH FKH OILQWHJUD]LRQH TXRWLGLDQD FRQ TXHVWV
 JUDGR GL FRQWUDVWUDUH OD SHUGLWD GL IRUJD H UHVLVWHQJD PXV
 GHOODQJLDQR 4XHVWR SURFHVVOR GL HURVLRQH PXVFRODUH SX' H
 UDOOHQWDR H SDUJLDOPHQWH LQYHUWLWR JUDJLH D XQD GLHW H
 UHJRODUH DWLWLVW¢ ILVLFDF \$ TXHVWR VL DIILDQDF OIXWLQJ]]R GL
 FRQVLJOLR PHGLFRÒ

Ñ/Ì\$UJLQLQD ª XQ DPLQRDFLGR FKH VWLPROD OIRVVLRG QLWULFR VLQ
 FKLDYH QHOOH FHOXOH HQGRWHOLDOL HVVHQJLDOH SHU LO PDQWH
 PDVVD PXVFRODUH Ì VSLHJD 7RVDWR /D 9LWDPLQD & LQYHFH JUDJ
 QDQRWHFQRORJLD FKH QH RWWLPL]]D OÏDVVRUELPHQWR VHQJD HIIHW
 ULGXFH OR VWUHVVRVVLDGDWLYR H PLJOLRUD LO ULPRGHODPHQWR
 TXHVWR PRGR GLPLQXLVFH L GDQQL PXVFRODUL FDXVDWL GDOOILPSD
 UDGLFDOL OLEHUL FRQWULEXHQGR D PDQWHQHUH XQD PDVVD PXVFR
 GLQDPLFDÒ

/D ULFHUFD KD FRLQYROWR SHUVRQH FRQ /RQJ &RYLG VXGGLYLVL
 JUXSSL DO SULPR ª VWDWR GDWR LO FRFNWDLO \$UJLQLQD H 9LWDPLQ
 ULVSHWWLYDPHQWH GXH IODFRQLQL FRQ JUDPPL GHOOIXQD H
 GHOODOWUD SHU JLRUQL DO VFRQGR LQYHFH GHO SODFER Ñ'È
 HPHUVR FKH LO SULPR JUXSSR Ì ULIHULVFH 7RVDWR Ì KD EHQHILFLD
 PLJOLRUDPHQWR GHOOD FDSDFLW¢ GL FDPPLQR FRQ XQ LQFUHPHQWR
 GHOOD GLVWDQJD SHUFRUVD LQ PLQXWL D SDVVR YHORFH VLD GHO
 PLVXUDWD FRQ XQ GLQDPRPHWUR FKH ª SDVVDWD GD D FKLQD &
 SHU OÏDQJLDQR XQ PLJOLRUDPHQWR GHOOD TXDOLW¢ GHOOD YLWD H
 GHO ULVFKLR GL PRUWDOLW¢ ULFRYHUL H GLVDELQW¢Ò

Ñ1HOOR VWXGLR GXQTXH DEELDPR GLPRVWUDWR FKH L GXH FRPSRVW
 VLQWRPL OHJDWL DOOD SHUGLWD GL PDVVD H IRUJD PXVFRODUH FRP
 FDPPLQDUH GHEROH]]D VWDQFKH]]D H DIIDQQR H VLDPR FRQYLQWL

069720

' Œ] šŒ]W u]Æ ŒP]v]v s]š u]v —Œ]vP]]

' Œ] šŒ]W u]Æ ŒP]v]v s]š u]v —Œ]vP]]À v]• — uμ• }o] Po]

> PP] Œš] }o} }u%o š}

î] u Œ îîîU òWñđ WD

/u P (Œ}u • l v Á• Á •]š

Z}u U î] X ~ • l v Á•• r > %o Œ]š] u •• uμ• }o Œ μv %o Œ} ••

}v o— À v l Œ oo— š X ^šμ] %o] u}}o}P]]]v] v} Z %o Œš]Œ

À Œ]({ μv %o Œ]š oo ({Œ l uμ• }o Œ %o Œ] oo—ô9 }Pv] îî v

vv]U]vÀ U o %o Œ]š] ({Œ l uμ• }o Œ •] šš •š o îi o îi

%o Œ]PŒE ••]À u v š •]v} μv %o Œ]š o îi9 %o Œ }%o}] ói

%o Œ]š] u •• uμ• }o Œ oo—}Œ]v] íUñrîUñ9 %o Œ vv} %o Œ

%o šŒ]u}v]} uμ• }o Œ Z v }u%o}Œš]o]u îi u v š} v šŒ}] óñ vv

Œ] %o}Œš Œ]v] šŒ} o o v šš oo—}Œ}o}P]]]}o}P] } PŒ î]

•À}oP μv Œμ}o} •]v ŒP] } %o Œ o •]v š •] oo—}••] } v]šŒ] } •]v š

%o Œ]š PP Œ o— v }š o}}U]μš v } }•^ Œ] %o Œ]•š]v Œ o ({Œ l

•]v š}u]] •š v Z îî }o îî o P š] oo %o Œ]š] uμ• }o} —

s]š u]v]v•] u —Œ]vP]]À v]• }v}— o u •• uμ• }o Œ v Po] v l]

%o Œ }v šŒ •š Œ μv} Po] ((šš] %o]¶ }uμv] o P š] oo—]vÀ Z

P Œ] šŒ] o Ç ,}•%o]š o %o}•šr }À] oo &}v l}}v W}o] o]v] }

šš}o] u%oμ•] Z}u U %o%o v %oμ o] š} •μoo Œ]À]•š EμšŒ]vš•

/š o] v]' Œ]vš}o}P]] ' Œ] šŒ] ~^/'• Z •] }v oμ Œ }u v]X

—/o v}•šŒ} •šμ]} v š} oo— •]P v l] šŒ}À Œ •}oμ l}}v]]v PŒE }

>}vP }À] U Z • u Œ Œ %o%o Œ • v š Œ μv •}Œš]]vÀ Z] u v š}

^/' } μš}Œ oo} •šμ]}]v•] u D šš } d}• š}U P Œ] šŒ oo—hv

• }%o Œš oo— l}}v •]v ŒP]] ŒP]v]v s]š u]v •μ] •]v š}u

•]v Œ}u %o}•šr }À] U •μPP Œ]• Z o—]v š PŒE l}}v <μ}š]] v }v <μ

] ({Œ l Œ •]•š v l uμ• }o Œ v Z oo— v l] v}X Yμ •š} %o Œ} ••}

%o Œ l] ou v š]vÀ Œš]š} PŒE l] μv] š <μ]o] Œ š μv Œ P}

]v š PŒE š}Œ] •}šš} }v•]Po]] u] }—X

}v š]vμ o PP Œ

—>— ŒP]v]v μv u]v}] } Z •š]u}o o—}••] } v]šŒ] } •]v š •]U v l]u

u v š v]u v š} oo u •• uμ• }o Œ r •%o] P d}• š} rX > s]š u]v U

}šš]u]îî o— ••}Œ]u v š} • v l ((šš] }oo š Œ o]U Œ] μ o} •šŒE •• }

<μ •š} u} }]u]vμ]•] vv] uμ• }o Œ] μ • š] oo—]u%o šš]] Œ

u •• uμ• }o Œ š}v]]v u] —X

> Œ] Œ Z }]vÀ}oš} õđ %o Œ•}v }v >}vP }À] U •μ]À]•]]v μ l

s]š u]v U Œ]•%o šš]À u v š μ (o }v]v] }v íUò PŒE uu] oo—μ

]vÀ o %o o }X —] Œ]•μoš š] u ŒE•} Z]o %o Œ]u} PŒE

u]Po]]ŒE u v š} oo %o]š] uu]v}U }v μv]v ŒE u v š}] îi u šŒ

À o} U •] oo ({Œ l] %o Œ • u]•μŒ š }v μv]v u}u šŒ} Z %o

μv u]Po]]ŒE u v š} oo <μ o]š oo À]š μv Œ] μ l}}v o Œ]• Z}}

—E oo} •šμ]} μv <μ] u}]u}•šŒE š} Z] μ }u%o}•š] Œ] μ }v}]

uμ• }o Œ U }u]({}oš uu]v ŒE U }o îi U •š v Z îî ((vv}

•}oμ l}}v À o] v Z]v •• v l] >}vP }À] %o Œ Po] v l] v] }v • ŒE }

vvμv]} %o μ o]]š Œ]}}

069720

+kGhj\ÖhOj\ÖC\ZjgOBkOhCGÖ:XXÓ:kEOGZCGÖEO

GIORNALE DI SICILIA     |       

- / . Ö Ö -- ,

\pOE³ÖpOgk
XkZM\ÖhkÖC
C\ZLGvO\ZO
hkdGgYGgC:j

)\XOCXOZOC
MGZ\pGhG
- , :gjOZ\³ÖE\
GEhC:dGÖhl
MGhjO\ZGÖ \

ZCOEGZjoÖ
Mg:pOhhOY:'
LGgOj\ÖBOY
:ZZO

 ~ö .    -  -  -  -  -  -  -  -  

- / . Ö Ö -- , | ÖÖ / . Ö Ö -- ,ÖÖ4 zö 6Ö , Ö Ö4 . Ö Ö / . Ö , /) /- / ,

\pOE²ÖYOrÖ gMOZoz:ÖGÖ4Oj:YO YkhC\X:gG

~€Ö OCGYBgÖ€~€€

À - ÆÖÉÖ,! ³Ö~€Ö ÖÉÖ ¼:hkZvo\ZGÖEOÖkZÖYOrÖ :Ö
 L:p\gOgGÖOXÖgGCKdGg\ÖEOÖL\gv:ÖGÖgGhOhjGZv:ÖYk GÖC
 \pOEÖG³Ödg\B:BOXYGZjG³ÖC\Zjg:hj:gGÖX:ÖLOhO\X\MÖ Ykh
 ZGMXOÖ:Zvo:ZO,Ö Öfk:Zj\ÖGYGgMGÖE:ÖkZ\ÖhjKEO\ÖC GXÖ
 \hdOj:XÖd\hjÉ \pOEÖEGXX:Ö \ZE:vo\ZGÖ)\XOCXOZOC\ \Ö
 , -ÖEOÖ,\Y:ÖdkBBXOC:j\ÖhkXX:ÖgOpOhj:Ö kjgOGZjhÖ Ghh
 Z:vo\Z:XGÖEGXX:Ö-\COGj>Ö j:XO:Z:ÖEOÖ Gg\Zj\X\MO: Ö), Ö)
 ÖÖÖÖ» XÖZ\hjg\ÖhjKEO\ÖKÖZ:j\ÖE:XX¼GhOMGZv:ÖEOÖ Mg:
 MXOÖGLLGjjoÖEGBOXOj:ZjoÖGÖOZp:XOE:ZjoÖEGXÖ \ZMÖ \pOE³ÖCNGÖhGYBg:Ög:d
 h\gj:ÖEOÖOZpGCCNO:YGZj\Ö:CCGXGg:j\»³ÖhdÖGM:Ö g:ZCGhC\Ö :ZEO³ÖdgGhOEGZj
 C\kj\gGÖEGXX\ÖhjKEO\ÖOZHOGYGÖ:Ö :jjG\Ö.\h:j\³ÖMGgO:jg:Ö:XX¼/ZOpGghOj>Ö :j
 EGXÖ-:Cg\Ö k\gG,



069720

ÖÖÖÖ :ÖgOCGgC:ÖN:ÖC\OZp\Xj\Öf~ÖdGgh\ZGÖC\ZÖ \ZMÖ \pOE³ÖhkEEOpOhGÖÖZÖf
 dgOY\ÖN:Ö:hhkZj\ÖdGgÖ€†ÖMO\gZOÖOXÖC\CWj:OXÖ gMOZOZ:ÖGÖ4Oj:YOZ:Ö ³ÖOX(
 OZpGCG³ÖkZÖdX:CGB\,Ö :OÖgOhkXj:jOÖKÖGYGgh\ÖCNGÖOXÖdgOY\ÖMgkdd\ÖN:ÖBG
 EOÖkZÖYOMXO\g:YGZj\ÖEGXX:ÖC:d:COj>ÖEOÖC:YYOZ\ÖhO:ÖEGXX:ÖL\gv:ÖEGXX:Öc
 d:gjOC\X:gG³ÖKÖgOkhCOj\ÖC\YdOGgGÖ•~ÖYGjgOÖOZÖdOoÖZGXÖjGhjÖCNGÖYOhkg:
 dGgC\gh:ÖOZÖ„ÖYOZkjOÖ:Öd:hh\ÖpGX\CG³ÖYGZjgGÖZ\ZÖKÖhj:j\Ö\hhGgp:j\ÖZGghk
 OZCgGYGZj\ÖOZÖfk:ZjOÖ:pGp:Z\Ö:hhkZj\ÖOXÖdX:CGB\,Ö :ÖL\gv:ÖEGXX:ÖdgGh:ÖC\
 Y:Z\ÖKÖCgGhCOKj:³ÖOZpGCG³ÖEOÖ•³,WMÖgOhdGjj\Ö:ÖkZÖYOMXO\g:YGZj\ÖEOÖ•WM
 fk:ZjOÖ:pGp:Z\Ö:hhkZj\ÖOXÖdX:CGB\,

ÖÖÖÖ» :Öhc\dgj:ÖEGXX¼:vO\ZGÖhOZGgMOC:ÖEOÖ gMOZOZ:ÖGÖ4Oj:YOZ:Ö ÖhkoÖ
 :XX:ÖY:hh:ÖGÖ:XX:ÖL\gv:ÖYkhC\X:gGÖEGXX:ÖhOZEg\YGÖd\hjÉ \pOEÖhkMMGgOhCG
 X¼OZjGMg:vO\ZGÖfk\jOEO:Z:ÖC\ZÖfkGhj\ÖC\CWj:OXÖKÖOZÖMg:E\ÖEOÖC\Zjg:hj:gGÖ
 EOÖL\gv:ÖGÖgGhOhjGZv:ÖYkhC\X:gGÖ:ZCNGÖEGXX¼:ZvO:Z\»³Ö:MMokZMGÖ :ZEO,
 ÖÖÖÖ»+kGhj\Ödg\CGhh\ÖEOÖGg\hO\ZGÖYkhC\X:gGÖdk`ÖGhhGgGÖg:XXGZj:j\ÖGÖd:
 OZpGgjOj\ÖMg:vOGÖ:ÖkZ:ÖEOGj:ÖGfkOXOBg:j:ÖGÖ:ÖkZ:ÖgGM\X:gGÖ:jjOpOj>ÖLOhO
 :LLO:ZC:ÖX¼kjOXOvv\ÖEOÖOZjGMg:j\gOÖh\jj\ÖC\ZhOMXO\ÖYGEOC\»,ÖÅ - Æ,
 ÖÖÖ

öÖ,Odg\EkvO\ZGÖgOhGgp:j:

! . Ö) ,Ö), !Ö
 !. 9

COMMENTA CON **facebook**

! Ö® É Ö®

! .!Ö®

\ÖXgYVÖZL\gMkYp:ÖX:ÖjkjGX:ÖEGÖgGhYÖpXÖC\ZhGZh
 :XÖjg:jj:YGZj\ÖEGÖÖYOGOÖE:jOÖdGgh\Z:XOÖOZHgGöjO,

TVSXIXVI' % 48',
 4VMZ 8IVQA

4

®Ö) Ö! .

! ., / - Ö Ö !. 9 ²

4 Ö
 !.1Ö!Ö4 !

- , 4 Ö
 Ö, 9 !

Ö) 3Ö .. !

) :XGgY\²ÖZ:hC
 B:YBOZOÖÖZ
 C\ZjGyd\g:ZG:
 dGgÖÖÖEkGYC
 kCCNGgOÖ :Ö

\CGZjGÖkZOp!
 EOÖ):gjOZOC\Ö
 MOjj\ÖOZÖkZÖ
 hjg:E:XG

kGÖOZCOEGZ
):XGgY\³ÖkZÖ€
 LOZOhCGÖC\Z
 C\Zjg\ÖOXÖMk
 Mg:pG

069720

+RPH (FRQRPLOR QGR3ROLW6BQLW#OIDU/HYRUR

Š

+RPH \$WWXDOLW€

*HULDWUL PL[\$UJLQLQD H 9LWDPLQ
ÍULQJLRYDQLVFHÎ PXVFROL GHJOL D(

\$778\$/7. j h SHUVRQH OR FRQVLEJOLDQRj j

2SHQ \$SUPV IRQWL /HJD
SURFHVVR D 6DOYLQL F
LQIRUPDWLYD VX 2QJ

2SHQ SUPV IRQWL /HJD
SURFHVVR D 6DOYLQL FÉª
LQIRUPDWLYD VX 2QJ

OHG 'LDORJXHV DO
OHGLWHUUDQHR VHUYH
VWDELOLW€ SHVDQR 8FUDLQD H
,UDQ

*HULDWUL PL[\$UJLQLQD H
9LWDPLQD & ÍULQJLRYDQLVFHÎ
PXVFROL GHJOL DQJLDQL

OHG 'LDORJXHV DO
OHGLWHUUDQHR VHUYH
VWDELOLW€ SHVDQR 8F
H ,UDQ

Í,QVXODÍ OD 6DUGHJQD VL
UDFFRQWD DOOD PRVWUD
\$UWLJLDQR LQ)LHUD

&DPSXV; DO YLD EDQGR SHU
OEHURJDJLRQH GL ERUVH GL
VWXGLR SHU JOL VWXGLR
7RULQR

5RPD GLF DVNDQHZV É /D SHUGLWD GL PDVVD P
LQHYLWDELOH FRQ OÍDYDQJDUH GHOOiHW€ 6WXGL H
SDUWLUH GDL DQQL VL YHULILFD XQD SHUGLWD GÍ
RJQL DQQL 7UD L H L DQQL LQYHFH OD SHUGLWD GL IRUJD PXVFRODUH \
DWWHVVD GDO DO SURFHGHQGR SURJUHVVLVDPHQWH /2S' 025(XQD SHUG
GHO SHU GHFDGH GRSR L DQQL 3DUDOOHODPHQWH VL UHJLVWUD LQ PHGL
SHUGLWD GL PDVVD PXVFRODUH GHOOiRUGLQH GL SHU DQQR D SDUWLUH
DQQL 8Q ULWPR GL GHSDXSHUDPHQWR GHO SDWULPRQLR PXVFRODUH FKH QH
FRPSRUWD LO GLPHJJDPHQWR HQWUR L DQQL GL HW€ ODª SRVVLELOH DOPHQ
SDUJLDOPHQWH ULSRUWUDH LQGLHWUR OH ODQFHWWH GHOOiRURORJLR ELROR.
XQ PL[GL \$UJLQLQD H 9LWDPLQD & 4XHVVD DVVRFLDJLRQH VYROJH XQ UXROR
VLQHUUJLFR SHU OD VLQWHVL GHOOiRVVLGR QLWULFR VLQWDVL FUXFLDOH SHU
VLVWHPD LPPXQLWDULR H SURWHJJHUH OÍHQGRWHOLR DLXWDQGR FRV® D ULSL
IRUJD H OD PDVVD PXVFRODUH H PLJOLRUDQGR VLJQLILFDWLYDPHQWH L VLQWRP
VWDQFKHJJ D H GHEROHJJ OHJDWL DOOD SHUGLWD GL PXVFROR ÍPDQJLDWRÍ GD
,Q DOWUH SDUROH \$UJLQLQD H 9LWDPLQD & LQVLPH ÍULQJLRYDQLVFRQRÍ OD PI
PXVFRODUH QHJOL DQJLDQL \$G DSULUH OD VWUDGD DOOìXWLOLJJR GL TXHVWR
FRQWUDVWUDH XQR GHJOL HIIHWL SL» FRPXQL OHJDWL DOOìLQYHFFKLDPHQWR
VWXGLR VXO /RQJ &RYLG FRQGRWWR GDL JHULDWUL GHO 'D\ +RVSLWDO SRVW &I
GHOOD)RQGDJLRQH 3ROLFOLQLFR 8QLYHUVLWDULR \$JRVLQR *HPOOL ,5&6 É
8QLYHUVLW€ &DWWROLFD &DPSXV GL 5RPD DSSHQD SXEOLFDRV VXOOD ULYLV
1XWULHQWV H SUHVHQWDR DO FRQJUHVVQRD]LRQDOH GHOOD 6RFLHW€ ,WDOL
*HURQRORJLD H *HULDWULD 6,** FKH VL FRQFOXGHU€ GRPDQL

Í,O QRWUR VWXGLRª QDWR GDOOìHVLJHQJD GL WURYDUH VROXJLRQL LQ JUDGR
FRQWUDVWUDH JOL HIIHWL GHELOLWDQWL H LQYDOLGDQWL GHO /RQJ &RYLG I
UDSSUHVHQWUDH XQD VRUWD GL LQYHFFKLDPHQWR DFFHOHUDWR É VSLHJD
)UDQFHVFR /DQGL SUHVLGHQWH 6,** H FRDXWRUH GHOOR VWXGLR LQVLPH D O

069720

7RVDWR JHULDWUD DOOÏ8QLYHUVLWç &DWWROLFD GHO 6DFUR &XRUH 'XQTXH
VFRSHUWD GHOOÏDJLRQH VLQHUJLFD GL \$UJLQLQD H 9LWDPLQD & VXL VLQWRPL
DOOD PDVVD H DOOD IRUJD PXVFRODUH GHOOD VLQGURPH SRVW &RYLG VXJJHU
FKH OÏLQWHJUDJLRQH TXRWLGLDQD FRQ TXHVWR FRFNWDLO ª LQ JUDGR GL FRQ
OD SHUGLWD GL IRUJD H UHVLVWHQJD PXVFRODUH DQFKH GHOOÏDQJLDQR 4XHV
SURFHVVUR GL HURVLRQH PXVFRODUH SX' HVVHUH UDOOHQWDWR H SDUJLDOPHQV
LQYHUWLWR JUDJLH D XQD GLHWD HTXLOLEUDWD H D XQD UHJRODUH DWWLYLWç
TXHVWR VL DIILDQFD OÏXWLOLJJR GL LQWHJUDWRUL VRWWR FRQVLJOLR PHGLFRÏ

Ï/Ï\$UJLQLQD ª XQ DPLQRDFLGR FKH VWLPROD OÏRVVLGR QLWULFR VLQWDVL HQJL
FKLDYH QHOOH FHOXOH HQGRWHOLDOL HVVHQJLDOH SHU LO PDQWHQLPHQWR G
PXVFRODUH É VSLHJD 7RVDWR /D 9LWDPLQD & LQYHFH JUDJLH DG XQD
QDQRWHFQRORJLD FKH QH RWWLPLJJD OÏDVVRUELPHQWR VHQJD HIIHWL FROOD
ULGXFH OR VWUHV RVVLGDWLYR H PLJOLRUD LO ULPRGHOODPHQWR YDVFRODU
PRGR GLPLQXLVFH L GDQQL PXVFRODUL FDXVDWL GDOOÏLPSDWWR GHL UDGLFDO
FRQWULEXHQR D PDQWHQHUH XQD PDVVD PXVFRODUH WRQLFD H GLQDPLFDÏ

/D ULFHUFD KD FRLQYROWR SHUVRQH FRQ /RQJ &RYLG VXGGLYLVL LQ GXH JU
DO SULPR ª VWDWR GDWR LO FRFNWDLO \$UJLQLQD H 9LWDPLQD & ULVSHWWLYD
IODFRQFLQL FRQ JUDPPL GHOOÏXQD H PJ GHOOÏDOWUD SHU JLRUQL DO
VHFRQGR LQYHFH GHO SODFHER Ï'DL ULVXOWDWL ª HPHUVR FKH LO SULPR JUXS
ULIHULVFH 7RVDWR É KD EHQHILFLDWR VLD GL XQ PLJOLRUDPHQWR GHOOD FDSI
FDPPLQR FRQ XQ LQFUHPHQWR GL PHWUL GHOOD GLVWDQJD SHUFRUVD LQ P
D SDVVR YHORFH VLD GHOOD IRUJD GL SUHVD PLVXUDWD FRQ XQ GLQDPRPHWUF
ª SDVVDWD GD D FKLOL &L' VLJQLILFD SHU OÏDQJLDQR XQ PLJOLRUDPHQWR
TXDOLWç GHOOD YLWD H XQD ULGXJLRQH GHO ULVFKLR GL PRUWDOLWç ULFRYH
GLVDELOLWçÏ

Ï1HOOR VWXGLR GXQTXH DEELDPR GLPRVWUDWR FKH L GXH FRPSRVWL ULGXFRQ
VLQWRPL OHJDWL DOOD SHUGLWD GL PDVVD H IRUJD PXVFRODUH FRPH GLIILFR
FDPPLQDUH GHEROHJJD VWDQFKHJJD H DIIDQQR H VLDPR FRQYLQWL FKH
SRVVDQR HVVHUH XQD VROXJLRQH YDOLGD DQFKH LQ DVVHQJD GL /RQJ &RYLG SI
DQJLDQL FRQ VDUFRSHQLDÏ FRQFOXGH /DQGL

P Û f P ; D H ³

&DULFDPHQWR



3UHYLRXV DUWLFOH

1H[W DUWLFOH

Ï,QVODÏ OD 6DUGHJQD VL QHDFRQVODUHQVODDO 0HGLWHUUDQHR VHUYH
PRVUD \$UWLJLDQR LQ)LHUD VWDELOLWç SHVDQR 8FUDLQD H ,UDQ

1M TMEGI

&DULFDPHQWR

, SL» OHWWL \$UWLFROL 3RSRODU

1RWLJLHG© QRQ a XQD WHVWDWD
 JLRUQDOLVWLFQ QRQ SX' HVVHUH
 FRQVLGHUDWR XQ SURGRWWR
 HGLWRULDOH DL VHQL GHOD OHJJH
 9LHQH FRQVLGHUDWR XQ
 DJJUHJDWRUH GL ODQFL EUHYL GL
 QRWLJLH SLFFROL IUDPPHWL
 DJJLRUQDWL VHQJD SHULRGLFLW¢
 \$OFXQL WHVWL FLWDWL R LPPDJLQL
 LQVHULWH VRQR WUDWWH GD LQWHUQHW H
 SHUWDQWR FRQVLGHUDWH GL SXEOLFR
 GRPLQR TXDORUD OD ORUR
 SXEOLFDJLRQH YLRODVVH HYHQWXDOL
 GLULWWL GÌDXWRUH YRJOLDWH
 FRPXQLFDUOR YLD H PDLO SHU
 SURYYHGHUH DOOD FRQVHJXQWH
 ULPRJLRQH R PRGLLFDJLRQH
 &RQWDWDFL
 VHJQDODJLRQL#QRWLJLHGL LW

2SHQ \$UPV IRQWL /HJD SURFHVV R 2SHQ \$UPV IRQWL /H
 6DOYLQL FÉª LQIRUPDWLYD VX 2QJ SURFHVV R 6DOYLQL
 LQIRUPDWLYD VX 2QJ

0HG 'LDORJXH V DO 0HGLWHUUDQHR
 VHUYH VWDELOLW¢ SHVDQR 8FUDLQD 0HG 'LDORJXH V DO
 0HGLWHUUDQHR VHUYH

*HULDWUL PL[\$UJLQLQD H 9LWDPLQD &
 ÍULQJLRYDQLVFHÎ PXVFROL GHJOL *HULDWUL PL[\$UJLQ
 9LWDPLQD & ÍULQJLR

Í,QVXODÎ OD 6DUGHJQD VL UDFFRQW DOOD
 PRVWUD \$UWLJLDQR LQ)LHUD PXVFROL GHJOL DQJL

069720

s]š u]v ŒP]v]v U <μ o u]Æ Z -Œ]vP]}À

dŒ vš u šŒ]]v %o]¶ %o Œ ñiì u šŒ] %o Œ }Œ•]]v ò u]vμš] %o ••} v}v •}o} u]Po]}Œ v} o <μ o]š] À]š u Œ] μ }v} v Z]• }o Œ] }À Œ]X >} •μPP Œ]• μv} •šμ]} oo &}v ì]}v W}o hv]À Œ•]š Œ]} P}•š]v} ' u oo] /Z ^rhv]À Œ•]š šš}o] u%μ•] Z} •μo >}vP>}Œ Œ]š] u •• uμ• }o Œ μv %o Œ} ••}]v À]š]o }v o- À v ì Œ oo- š X ^šμ] %o] u]}o}P]]]v] v} Z %o Œš]Œ vv] •] À Œ]([μv %o Œ]š oo (}Œ ì uμ• }o Œ %o Œ] oo-ô9 }Pv dŒ] ñi] ói vv]U]vÀ U o %o Œ]š] (}Œ ì uμ• }o Œ •] šš • o ïi9U %o Œ} v } %o Œ}PŒ ••}À u v š •]v} μv %o Œ]š o ïi9 Œ P]•šŒ]v u] μv %o Œ]š] u •• uμ• }o Œ oo-}Œ]v] íUñ %o μ%o Œ u v š} o %o šŒ]u}v]} uμ• }o Œ Z v }u%o}Œš]o]%o}•• ou v} %o Œ ì] ou v š U Œ] %o}Œš Œ]v] šŒ} o o v šš oo-}Œ}o}P Yμ •š ••}] ì]}v •À}oP μv Œμ}o} •]v ŒP] } %o Œ o •]v š •] oo-}••]uμv]š Œ]} %o Œ}š PP Œ o- v }š o]}U]μš v } }•^ Œ] %o Œ]••]Pv]([š]À u v š] •]v š}u]] •š v Z ìì }o ìì o P š] oo %o Œ]š <μ •š} u]Æ -Œ]vP]}À v]• - o u ••]uW•}bo Œ]o]P Œ] ^Œš]v]w]Œ ìi%Œ Œ •šŒ oo-μš]o]ìì}] <μ •š} u]Æ %o Œ }v šŒ •š Œ μv} Po] ((šš ' >}vP }À] }v }šš}] P Œ] šŒ] o Ç ,}%o]š o %o}•šr }À] oo ' u oo] /Z ^ r hv]À Œ•]š šš}o] u%μ•] Z}u U %o%o v %o μ }vPŒ ••} v ì]}v o oo ^}] š /š o]v] Œ}v š}o}P] ' Œ] šŒ] v}•šŒ} •šμ]} v š} oo-•]P v ì] šŒ}À Œ •}oμ ì]}v]v PŒ }] >}vP }À] U Z • u Œ Œ %o%o Œ • v š Œ μv •}Œš]]vÀ Z] u v š } ^/' } μš}Œ oo} •šμ]} }v D šš } d}• š} U P Œ] šŒ oo-hv]À Œ•] oo- ì]}v •]v ŒP]] ŒP]v]v s]š u]v •μ] •]v š}u] o P š] oo } }À] U •μPP Œ]• Z o-]v š PŒ ì]}v <μ}š]] v }v <μ •š} } lš]o Œ •]•š v ì uμ• }o Œ v Z oo- v ì] v}X Yμ •š} %o Œ} ••}] Œ}•]}v u]vÀ Œš]š} PŒ ì] μv] š <μ]o] Œ š μv Œ P}o Œ šš]À]š (]• }v•]Po]} u]] }•X v Œ ìiš }Œ} Œ >îîv]}v] <μ •š •}•š v ì • u Œ À %o}•]š]À} •μoo • oμš Po] v ì] v}X ->- ŒP]v]v μv u]v}] } Z o oμo v }š o] o] •• v ì] o %o Œ]o u v š v]u v š} oo u •• uμ• } PŒ ì] μv v v}š v}o}P] Z v }šš]u]ìì o-••}Œ]u v š} • v ì ((u]Po]}Œ]o Œ]u} oo u v š} À • }o Œ X /v <μ •š} u} }]u]vμ]•] o] Œ]U }v šŒ] μ v } u v š v Œ μv u •• uμ] /Œ Œ ìš Œ]}À u Œ W]îî]- }v >}vP >ÀŒ] Œ Z }]vÀ}oš} õđ %o Œ•}v }v >}vP }À] U •μ] } lš]o ŒP]v]v s]š u]v U Œ]•%o šš]À u v š μ (o }v]v] }v P]}Œv]U o • }v }]vÀ o %o }X -] Œ]•μoš š] u Œ•} Z]o μv u]Po]}Œ u v š} oo %o]š] uu]v}U }v μv]v Œ u v š}] ìi %o ••} À o} U •] oo (}Œ ì] %o Œ • u]•μŒ š }v μv]v u}u šŒ} o- v ì] v} μv u]Po]}Œ u v š} oo <μ o]š oo À]š μv Œ] μ ì]}v-Ec •šμ]} μv<μ r }v oμ > v] r] u}]u}•šŒ š} Z] μ }u%o}•š u •• (}Œ ì uμ• }o Œ U }u]((] }oš uu]v Œ U }o ìì U •š v Z •• Œ μv •}oμ ì]}v À o] v Z]v •• v ì] >}vP }À] %ŒŒ P•îî E}À u Œ ìîîî

069720

s]š u]v ŒP]v]v U <μ o u]Æ Z -Œ]vP]}À

dŒ vš u šŒ]]v %o]¶ %o Œ ñiì u šŒ] %o Œ }Œ•]]v ò u]vμš] %o ••} v}v •}o} u]Po]}Œ v} o <μ o]š] À]š u Œ] μ }v} v Z]• }o Œ] }À Œ]X >} •μPP Œ]• μv} •šμ]} oo &}v ì]}v W}o hv]À Œ•]š Œ]} P}•š]v} ' u oo]/Z ^rhv]À Œ•]š šš}o] u%μ•]Z} •μo >}vP>}Œ Œ]š] u •• uμ• }o Œ μv %o Œ} ••}]v À]š]o }v o- À v ì Œ oo- š X ^šμ] %o] u]}o}P]]]v] v} Z %o Œš]Œ vv] •] À Œ]([μv %o Œ]š oo (}Œ ì uμ• }o Œ %o Œ] oo-ô9 }Pv dŒ] ñi] ói vv]U]vÀ U o %o Œ]š] (}Œ ì uμ• }o Œ •] šš • o ñi9U %o Œ} v } %o Œ}PŒ ••}À u vš •]v} μv %o Œ]š o ñi9 Œ P]•šŒ]v u] μv %o Œ]š] u •• uμ• }o Œ oo-}Œ]v] íUñ %o μ%o Œ u vš } o %o šŒ]u}v]} uμ• }o Œ Z v }u%o}Œš]o]%o}•• ou v} %o Œ ì] ou vš U Œ] %o}Œš Œ]v] šŒ} o o v šš oo-}Œ}o}P Yμ •š ••}] ì]}v •À}oP μv Œμ}o} •]v ŒP] } %o Œ o •]vš •] oo-}••]uμv]š Œ]} %o Œ}š PP Œ o- v }š o]}U]μš v } }•^ Œ] %o Œ]•š •]Pv]([š]À u vš] •]vš}u]] •š v Z ìì }o ìì o P š] oo %o Œ]š <μ •š} u]Æ -Œ]vP]}À v]• - o u •• uμ%o Œ]Œ Œ ov P š Œ v ì] v}X-μš }všŒ •š Œ μv} Po] ((šš] %o]¶ }uμv] o P š] oo-]vÀ Z] u vš]U o Ç , }•%o]š o %o}•šr }À] oo &}v ì]}v W}o] o]v] } hv]À Œ•]š (u%μ•]Z}u U %o%o v %oμ o] š }•μoo Œ]À]š EμšŒ] vš• %o Œ • v Œ}vš}o}P] Œ] Œ]šŒ] ~^/'• Z >]}•šμ-}o vŒ•šŒ]vš] } v š} o •}oμì]}v]]v PŒ }] }všŒ •š Œ Po] ((šš]]o]š vš]]vÀ o] vš]]]vÀ Z] u vš} o Œ š} r•%o] P &Œ v • } > v]U %o Œ •] vš ^/' P Œ] šŒ oo-hv]À Œ•]š šš}o] o ^ Œ} μ}Œ rX μv<μ o • }%o •]vš}u] o P š] oo u •• oo (}Œ ì uμ• }o Œ oo •]v Œ}u %o}•š }v <μ •š} }]š]o]v PŒ }] }všŒ •š Œ o %o Œ]š] (}Œ ì %o Œ} ••}] Œ}•]}v uμ• }o Œ %oμ~ •• Œ Œ oo vš š} %o Œ ì] ou v Œ P}o Œ šš]À]š ([•] X <μ •š} •] ((] v o-μš]o]ì}μ}wš P]Œ μš}Œ • u Œ À Œ <μ]v] μv]u%o šš} %o}•]š]À}•μoo • oμš Po] v ì] v]X v]šŒ] } •]vš •]U v ì]u Z] À v oo oμo v }š o] o] •• v ì] o %o d}• š} rX > s]š u]v U]vÀ U PŒ ì] μv v v}š v}o}P] Z v }š Œ] μ o }•šŒ •• }••] š]À} u]Po]}Œ]o Œ]u} oo u vš} À • }o Œ X / oo-]u%o šš}] Œ] o] o] Œ]U }všŒ] μ v } u vš v Œ W}v] vš]• } }À]> Œ] Œ Z }]vÀ}oš} õđ %o Œ•}v }v >}vP }À] U •μ]À]•] ŒP]v]v s]š u]v U Œ]•%o šš]À u vš μ (o }v]v] }v íU ò PŒ u • }v }]vÀ o %o o }X -] Œ]•μoš š] u Œ•} Z]o %o Œ]u}] u]Po]}Œ u vš} oo %o]š] uu]v}U }v μv]v Œ u vš}] ñi u šŒ À o} U •] oo (}Œ ì] %o Œ • u]•μŒ š }v μv]v u}u šŒ} Z %o μv u]Po]}Œ u vš} oo <μ o]š oo À]š μv Œ] μ ì]}v o-Œ]oŒ] μv<μ r }v oμ > v] r]u}]u}•šŒ š} Z] μ }u%o}•š] Œ] μ } (}Œ ì uμ• }o Œ U }u]((] }oš uu]v Œ U }o ìì U •š v Z ìì (μv •}oμì]}v À o] v Z]v •• v ì] >}vP }À] %o Œ oP]o]μ v ì] ov]š }•š • <μ •š} }vš vμš}

069720

SPECIALE SALUTE

Un'associazione che sembra in grado di contrastare l'invecchiamento muscolare

Vitamina C e Arginina per restare giovani

■ Con l'avanzare degli anni risulta inevitabile il processo di perdita di massa muscolare. Secondo molti studi, infatti, a partire dai 45 anni di età si perde l'8% di massa muscolare ogni due lustri. Tra i 50 e i 70 anni, invece, la perdita di forza muscolare si attesta dal 20 al 30%, procedendo progressivamente sino a una perdita del 30% per decade dopo i 70 anni. Parallelamente si registra in media una perdita di

La ricerca italiana

Lo studio della Fondazione Policlinico Universitario Agostino Gemelli e IRCCS

massa muscolare dell'ordine di 1,5-2,5% per anno a partire dai 60 anni. Un ritmo di depauperamento del patrimonio muscolare che ne comporta il dimezzamento entro i 75 anni di età.

A quanto pare è possibile cercare di frenare questo processo e, almeno parzialmente, riportare indietro le lancette dell'orologio biologico grazie a un mix di Arginina e Vitamina C. Questa associazione svolge un ruolo sinergico per la sintesi dell'ossido nitrico sintasi, cruciale per potenziare il sistema immunitario e proteggere l'endotelio, aiutando così a ripristinare la forza e la massa muscolare e migliorando significativamente i sintomi di stanchezza e debolezza legati alla perdita di muscolo "mangiato" dall'età.

Ad aprire la strada all'utilizzo di questo mix per contrastare uno degli effetti più comuni le-



Il mix tra Vitamina C e Arginina svolge un ruolo sinergico per la sintesi dell'ossido nitrico sintasi

gati all'invecchiamento, è uno studio sul Long Covid condotto dai geriatri del Day Hospital post-Covid della Fondazione Policlinico Universitario Agostino Gemelli IRCCS - Università Cattolica Campus di Roma, appena pubblicato sulla rivista *Nutrients* e presentato al congresso nazionale della **Società Italiana di Gerontologia** e Geriatria. «Il nostro studio è nato dall'esigenza di trovare soluzioni in grado di contrastare gli effetti debilitanti e invalidanti del Long Covid, che sembra rappresentare una sorta di invecchiamento accelerato - spiega Francesco Landi, presidente **SIGG** e coautore dello

studio con Matteo Tosato, geriatra all'Università Cattolica del Sacro Cuore -. Dunque la scoperta dell'azione sinergica di Arginina e Vitamina C sui sintomi legati alla massa e alla forza muscolare della sindrome post-Covid, suggerisce che l'integrazione quotidiana con questo cocktail è in grado di contrastare la perdita di forza e resistenza muscolare anche dell'anziano. Questo processo di erosione muscolare può essere rallentato e parzialmente invertito grazie a una dieta equilibrata e a una regolare attività fisica. A questo si affianca l'utilizzo di integratori sotto consiglio medico».

L'unione di queste sostanze sembra avere quindi un impatto positivo sulla salute degli anziani. «L'Arginina è un aminoacido che stimola l'ossido nitrico sintasi, enzima chiave nelle cellule endoteliali essenziale per il mantenimento della massa muscolare. La Vitamina C, invece, grazie a una nanotecnologia che ne ottimizza l'assorbimento senza effetti collaterali, riduce lo stress ossidativo e migliora il rimodellamento vascolare. In questo modo diminuisce i danni muscolari causati dall'impatto dei radicali liberi, contribuendo a mantenere una massa muscolare tonica e dinamica».

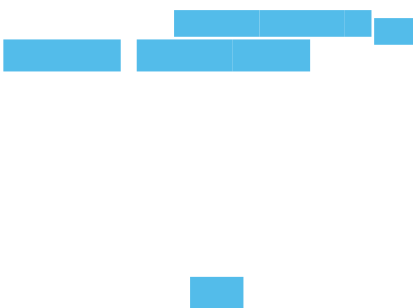
Veroconsumo

**Arginina e vitamina C
per ringiovanire i muscoli**

 I risultati in uno studio Irccs Gemelli-Università Cattolica

Salute, un mix arginina-vitamina C può “ringiovanire” i muscoli

Riscontrati benefici in alcuni soggetti anziani o affetti da Long Covid





[Redacted]

[Redacted]

[Redacted]

