

Sistema Gestione Qualità UNI EN ISO 9001:2008 certificato da CERTIQUALITY n. 1843

**H SAN RAFFAELE RESNATI** S.p.a.

Sede Legale: Via S. Croce, 10/a - 20122 Milano - Cap. Soc. € 400.000 i.v. - Cod. Fisc., P. Iva e Reg. Impr. di Milano n.02980270157 - R.E.A. Milano n.942151

Società soggetta a direzione e coordinamento da parte di Fondazione Centro S. Raffaele del Monte Tabor - Via Olgettina, 60 - 20132 Milano

I Puntiraf: Via S. Croce, 10/a - 20122 Milano • Via Respighi, 2 - 20122 Milano • Viale De Gasperi, 5/a - 20097 S. Donato Milanese

Tel. 02.5818.7818 - Fax 02.8321.645 - [www.puntiraf.it](http://www.puntiraf.it)

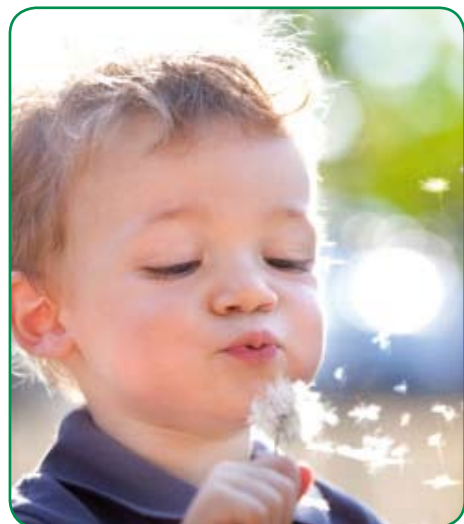
## Il benessere: brevi note

a cura del Dr. Gabriele Pellicciotta – Direttore Sanitario HSRR

Il concetto di “benessere” trova nei più recenti enunciati dell’Organizzazione Mondiale della Sanità la sua definizione più compiuta, che coinvolge non solo lo stato fisico (ossia l’assenza di malattia), ma anche quelli mentale, emotivo, sociale e spirituale.

Il tutto per raggiungere e mantenere il potenziale personale di ogni essere umano nella società.

Ne deriva che tutto quanto concorra ad ottenere questa condizione di vita deve essere valutato per coglierne i contenuti positivi e



svilupparli a favore della progressione appunto del “benessere”.

In questo numero di Raf Notizie diamo voce a tre aspetti sanitari sempre più perseguiti dalla popolazione: l’Agopuntura, l’Osteopatia e la Medicina Estetica.

Si tratta di ambiti che all’estero già occupano un loro spazio ben definito accanto alla Medicina Tra-

dizionale, permettendo, quando applicati nei giusti ambiti e nelle corrette indicazioni, di “stare bene”/“esistere bene”.

*Buona Primavera  
a tutti  
i nostri lettori!*  
La Redazione

**Bimestrale  
di informazione  
dei Punti del  
San Raffaele**

**Raf Notizie** - anno XI - N° 55  
Aprile 2011

**Redazione:**  
Rossella Calvi, Alberto Galliani,  
Gabriele Pellicciotta

**Ideazione:**  
Rossella Calvi

**Collaborazione artistica:**  
Anna Spissu (Scrittrice)  
[www.annaspissu.it](http://www.annaspissu.it)

Serena Giorgi (Pittrice)  
[www.serenagiorgi.it](http://www.serenagiorgi.it)

Il materiale pervenuto non verrà restituito. I testi non possono essere riprodotti senza autorizzazione della Direzione Sanitaria.

Si comunica che tutti gli autori sono interamente responsabili degli articoli pubblicati.

Il notiziario può anche essere visibile sul sito [www.puntiraf.it](http://www.puntiraf.it)

**Generalmente a ogni notiziario sono abbinati, per i nostri lettori, una cartolina o un segnalibro: progetto di Rossella Calvi.**

**Tiratura 5000 copie.**

**Redazione:**  
Via Santa Croce, 10/a - Milano

**Realizzazione Grafica e Stampa:**  
La Grafica S.r.l.  
Ciserano (BG) - T 035 884035  
[www.lagraficasrl.net](http://www.lagraficasrl.net) - [info@lagraficasrl.net](mailto:info@lagraficasrl.net)

## Agopuntura ambulatoriale

A cura del Dr.ssa Alessandra Baldi – Medico Specialista in Chirurgia d'Urgenza e Pronto Soccorso

**P**resso il Punto Raf di via Respighi è attivo un Ambulatorio di Agopuntura e Medicina Tradizionale Cinese. L'Agopuntura è una disciplina antichissima, nata in Cina addirittura intorno al 3000 a.C.

Secondo la Medicina Tradizionale Cinese il nostro corpo è organizzato, nutrito, difeso, da diversi tipi di *energia* che lo percorrono all'interno dei **canali energetici**, negli organi e nei visceri.

Lo stato di salute è l'armonico scorrere di queste energie all'interno dei canali, negli organi e nei visceri, in modo che l'individuo sia correttamente inserito nel cosmo, nutrito dalle energie della Terra e del Cielo.

Posizionando alcuni aghi in corri-

spondenza di punti particolari di questi canali (**punti di comando**), è possibile agire sull'energia che lo percorre stimolandola se carente, disperdendone gli eccessi, disostruendo eventuali ostacoli.

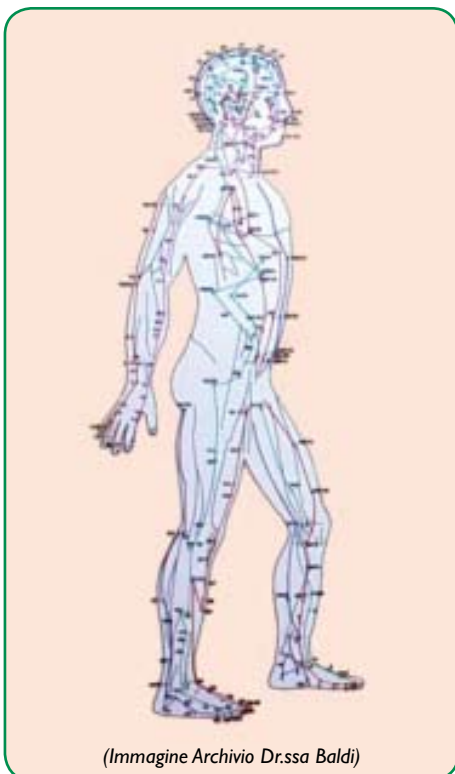
La terapia con agopuntura permette così di trattare diversi tipi di patologie, sempre con un'attenzione particolare al *singolo individuo* considerato nella sua interezza, secondo l'antico adagio cinese "Malattie diverse stessa cura, malattie uguali terapia differente".

Grande importanza viene posta infine in questo tipo di impostazione alla **prevenzione** dello stato di malattia, migliorando lo stato energetico del singolo paziente e facilitando il suo rapporto

armonico con le variazioni legate alla sua età o agli eventi della sua esistenza e ai ritmi stagionali. ■



Antico libro di Medicina Tradizionale Cinese



(Immagine Archivio Dr.ssa Baldi)



(Foto Archivio Dr.ssa Baldi)

## L'Osteopatia continua...

A cura del Dott. Luigi Barbieri – Osteopata D.O.

**D**al settembre 2007 è attivo un Ambulatorio di Osteopatia nelle sedi dei Punti Raf di via Santa Croce 10/A, in via Respighi 2 e a San Donato in via De Gasperi 5, con un bacino di utenti che è andato sempre aumentando grazie alla competenza e bravura del caro amico fraterno dott. Andrea Tieghi.

La sua prematura scomparsa ha indotto la Direzione, visti gli ottimi risultati, a cercare un osteopata che potesse dare una continuità al modo di approcciarsi e curare le persone, oltre che alle competenze, e l'ha individuata con il professionista che con Andrea Tieghi ha condiviso i 6 anni di scuola di osteopatia, ha sempre studiato e fatto pratica insieme, portando nel tempo a trovare un modo di approccio al paziente, tests manuali e trattamenti molto simili.

Questa condivisione ha permesso di valutare e curare ogni individuo in base alla sua personalità e al suo vissuto, effettuando trattamenti manipolativi "ad hoc". L'Osteopatia è una medicina olistica fondata da A.T. Still in America alla fine dell'800 e portata in Italia dai francesi del C.E.R.D.O (Centre pour l'étude, la recherche et la diffusion osteopathiques) nel 1985 e considera il corpo umano come un'unità, non un insieme di segmenti separati anatomicamente e

funzionalmente.

Questo è il concetto di base dell'Osteopatia, insieme all'idea che il corpo umano possieda intrinsecamente tutte le forze e le potenzialità necessarie al suo benessere (essenzialmente il sistema endocrino, immunitario e nervoso).

Conscio dell'importanza di questo ultimo aspetto, l'osteopata partecipa a seminari di endocrinologia è iscritto alla società italiana di psiconeuroimmunologia (PNEI), il cui modello scientifico di riferimento è quello di studiare l'attività del sistema nervoso, endocrino, immunitario e della psiche non separandoli tra loro: nella realtà del vivente i sistemi si influenzano reciprocamente, dialogano tra di loro, usando molecole che possono essere comuni a tutti



e 3 i sistemi (neurotrasmettitori, ormoni e citochine).

L'Osteopatia, grazie ad una approfondita conoscenza anatomica e neurologica e tramite tests manuali indolori e non invasivi, individua la zona reale di origine del dolore.

Infatti, è possibile avere dolore in una zona del corpo mentre esso può avere origine altrove, a causa delle innumerevoli correlazioni fasciali e nervose che collegano le varie zone del nostro organismo. Così si può ripristinare un funzionamento armonioso del corpo, la persona ritroverà il giusto equilibrio fisico in modo confortevole senza dolore e senza spreco di energie.

Le persone si rivolgono generalmente all'osteopata per i dolori alla colonna vertebrale (cervicalgie, dorsalgie e lombalgie) ma in realtà ci sono molte altre indicazioni meno conosciute:

- problemi posturali: presso i Punti Raf sono presenti diverse



figure professionali che hanno dato origine al “Centro posturale attivo”. Come è noto ormai nella letteratura e nella pratica medica molti disturbi attribuiti alla vista trovano la loro origine in atteggiamenti scorretti della postura (si pensi agli studenti e a quanti lavorano prevalentemente

seduti nelle posizioni più strane);

- dolori articolari e muscolari, di origine sportiva;
- problemi viscerali quali gastriti, reflusso gastroesofageo, stitichezza colite, ecc.;
- problemi della sfera urogenitale maschile e femminile quali disturbi del ciclo mestruale e della fertilità oltre che infezioni

recidive;

- problemi della sfera otorinolaringoiatrica quali riniti, sinusiti,...

L'Osteopatia non ha controindicazioni, è applicabile dal neonato all'anziano, sempre che non vi siano patologie acute in atto (ulcere gastriche o duodenali, patologie neurologiche centrali, ...) o fratture. ■

## Medicina Estetica presso la sede di Via Respighi

A cura della Dr.ssa Claudia Clerici – Medico Esperto e Consulente in Medicina ad indirizzo estetico

**P**resso il Poliambulatorio di via Respighi, verrà attivato un ambulatorio di Medicina Estetica.

La Medicina Estetica è una branca della medicina che si occupa di curare, prevenire e correggere gli inestetismi del viso e del corpo senza ricorrere alla chirurgia ma attraverso una serie di trattamenti poco invasivi che consentono una ripresa delle normali attività in breve tempo.

S'intende per inestetismo tutto ciò che viene recepito come una

limitazione estetica alla percezione della propria immagine come bella e armonica in un progetto di miglioramento della qualità di vita. Il Medico Estetico compie una valutazione clinica non solo mirata, ma globale, esaminando il problema nella sua completezza, fornendo una diagnosi e valutando la terapia più appropriata.

Basandosi sull'utilizzo solo di soluzioni riassorbibili della migliore qualità disponibile sul mercato, testate scientificamente e non allergizzanti, vengono effettuati trat-

tamenti di biorivitalizzazione, mesoterapia e filler.

### BIORIVITALIZZAZIONE

La biostimolazione o biorivitalizzazione è una terapia in grado di intervenire sull'invecchiamento cutaneo, integrando nel derma i costituenti che il nostro organismo non riesce più a sintetizzare in maniera adeguata, in modo tale da ridare alla cute turgore, idratazione, elasticità e luminosità.

La biorivitalizzazione cutanea è una metodica sempre ben tollerata.

L'inoculazione di acido ialuronico nel derma superficiale permette di fornire la sostanza che i fibroblasti non producono più a sufficienza e



“Se anche ci dimenticassimo che esiste la felicità ogni fiore ne conserva la memoria.”

Anna Spissu ”

quindi di stimolare la nuova sintesi di “strutture di sostegno” (collagene, elastina e acido ialuronico endogeno).

L'acido ialuronico ha inoltre una notevole capacità di richiamare acqua e pertanto di ottenere una maggiore idratazione dermica.

La biorivitalizzazione si esegue effettuando delle microiniezioni (con ogni pomfo si inoculano circa 0.2-0.4 ml di prodotto) intradermiche seguendo il decorso delle rughe, lungo il contorno mandibolare, nelle guance, nelle “collane di Venere” del collo e a raggiera nel décolleté.

Gli effetti collaterali, per altro temporanei, si limitano a un lieve arrossamento e gonfiore nel punto di inoculazione e lievissima dolenzia.

Sono consigliati da 3 a 6 trattamenti, a seconda del grado di invecchiamento cutaneo, a cadenza quindicinale. Indi un mantenimento mensile per 3-4 mesi.

## MESOTERAPIA

L'intradermoterapia o mesoterapia consiste in microiniezioni locali effettuate allo scopo di concentrare il farmaco solo dove necessita in modo da renderlo meno invasivo e di prolungarne l'effetto nel tempo.

E' una terapia che, utilizzando farmaci (anche omeopatici), riveste un ruolo fondamentale nel trattamento degli inestetismi della “cellulite” (situazione multifattoriale molto diffusa nel sesso femminile), per la quale si riconoscono una

predisposizione genetica e cause concomitanti quali quelle di tipo endocrino, posturale, iatrogeno nonché l'obesità e il sovrappeso.

La complessità di tale inestetismo richiede un approccio terapeutico integrato in modo da poter contrastare efficacemente la patologia. La paziente viene valutata in modo globale considerando il problema non solo dal punto di vista estetico ma anche clinico internistico indirizzando la paziente, qualora necessario, dallo specialista ortopedico (valutazione problemi di postura), angiologo (se concomita un'insufficienza venosa), endocrinologo (in presenza di squilibri ormonali).

Nel trattamento della cellulite si consiglia un ciclo di mesoterapia settimanale per circa 10 sedute e un successivo mantenimento mensile. Gli unici effetti collaterali descritti sono un lievissimo dolore nella sede di iniezione, piccoli ematomi e edema di rapida soluzione.

## FILLER

Le rughe rappresentano un indice di danno dermico e sono l'espressione del cambiamento di

conformazione dei tessuti, ossia dell'orientamento dei fasci di fibre collagene e di elastina in cui le fibre elastiche hanno perso la capacità di adattarsi ai continui cambiamenti imposti dai muscoli del viso. La sostanza ideale per il riempimento di rughe è il filler a base di acido ialuronico in quanto sostanza simile ai tessuti umani, inerte, inalterabile nel tempo, facilmente modellabile, non soggetta al rigetto né a reazioni allergiche, e incapace di produrre tumori.

Il filler viene introdotto tramite una semplice iniezione con siringa dotata di ago molto sottile (e pertanto praticamente indolore) lungo il decorso della ruga.

Un unico trattamento (o al massimo due a seconda della profondità dell'inestetismo) è sufficiente per ottenere il risultato desiderato.

Quali effetti collaterali si segnalano unicamente edema ed eritema transitorio ed eventuali ematomi della durata di pochi giorni.

Anche la cheiloplastica, cioè la correzione delle labbra, può essere eseguita ambulatorialmente tramite utilizzo di filler a base di acido ialuronico. ■



# L'Università Vita-Salute San Raffaele formazione di alta qualificazione e ricerca avanzata per il futuro delle nuove generazioni

[www.unisr.it](http://www.unisr.it) - Numero Verde 800 339033

L'Università Vita-Salute San Raffaele nasce nel 1996 all'interno dell'Opera San Raffaele per volontà di don Luigi Maria Verzé, a cui si deve anche la fondazione dell'Ospedale San Raffaele di Milano, inaugurato nel 1970.

Alla Facoltà di Psicologia, inaugurata nel 1996, è seguita nel 1998 la Facoltà di Medicina e Chirurgia e nel 2002 la Facoltà di Filosofia.

L'offerta formativa delle tre Facoltà si articola in 11 corsi di laurea triennali, magistrali e a ciclo unico, 1 corso di laurea internazionale, 27 scuole di specializzazione, master di primo livello e di secondo livello, dottorati di ricerca e formazione permanente.

L'Ateneo è caratterizzato da una stretta integrazione fra didattica, attività clinica e ricerca che si traduce nella trasversalità culturale tra le Facoltà e nella stretta collaborazione con i reparti dell'Ospedale

San Raffaele, con i laboratori del DiBit (Dipartimento di Biotecnologie) e con quelli di Neuroscienze Cognitive.

Nell'indagare "che cosa e chi è l'uomo" (Quid est homo) mediante la ricerca biologica e la ricerca filosofica e quella psicologica fra loro integrate, i percorsi di studi mantengono uno sguardo attento sulle complesse questioni poste dalle più recenti scoperte scientifiche e dagli sviluppi della società contemporanea (genetica, etica, bioetica, neuroscienze, etc.).

All'interno dell'università operano laboratori e centri all'avanguardia a livello europeo fra cui:

- il Centro Universitario di Statistica per le Scienze Biomediche (CUSSB);
- il Center for Cognitive Neuroscience (CCN);
- il Centro di Ricerca in Epistemologia Sperimentale e Applicata (CRESA);

- il Centro Studi di Etica Pubblica (CeSEP).

Recentemente l'Ateneo si è trasferito nel nuovo palazzo DiBit 2, inaugurato nel 2008 con 80.000 mq destinati a laboratori di ricerca, aule, laboratori universitari e uffici amministrativi. ■



# Università Vita-Salute San Raffaele

Orientamento alla scelta universitaria  
Anno Accademico 2010/2011



## FACOLTÀ DI MEDICINA E CHIRURGIA

**25 maggio 2011, Open Day**

- Corso di Laurea Magistrale in Medicina e Chirurgia
- Corso di Laurea in Biotecnologie Mediche e Farmaceutiche
- Corso di Laurea Magistrale in Biotecnologie Mediche Molecolari e Cellulari
- Corso di Laurea in Fisioterapia
- Corso di Laurea in Igiene Dentale
- Corso di Laurea in Infermieristica

**13 luglio 2011, Simulazione test di ammissione**



## FACOLTÀ DI PSICOLOGIA

**7 aprile 2011, Open Day**

- Corso di Laurea in Scienze e Tecniche Psicologiche
- Corso di Laurea Magistrale in Psicologia

**25 maggio 2011, Open Day**

**13 luglio 2011, Simulazione test di ammissione**



## FACOLTÀ DI FILOSOFIA

**4 maggio 2011, Open Day**

- Corso di Laurea in Filosofia
- Corso di Laurea Magistrale in Scienze Filosofiche

**13 luglio 2011, Open Day**

**Settembre 2011, Open Day**



*Per partecipare agli incontri: [www.unisr.it/eventiorientamento](http://www.unisr.it/eventiorientamento)*