

futuro

n. 54 Luglio 2015

Ricerca Innovazione Educazione



Diamo valore
all'eccellenza urologica

pag. 8

uroStoria

Mettete alla prova la vostra conoscenza della storia dell'urologia. Con un semplice quiz.

pag. 14

eUrology

Personal branding a colori. Scegliete i colori più efficaci sulla base del loro significato intrinseco.

pag. 17

Fondazione SIU

Donna il 5x1000



Fondazione
SIU Urologia
onlus
RICERCA
INNOVAZIONE
EDUCAZIONE



Sommario

CONGRESS REPORT "ITALIAN PROGRAM" - AUA-SIU UNA PARTNERSHIP VINCENTE <i>di Giuseppe Carrieri</i>	3
--	---

FORMAZIONE

RESIDENTS' CORNER - SIU-AUA SUMMER SCHOOL A MONTEGRIDOLFO <i>di Andrea Cocci</i>	5
--	---

IL PROGETTO BOCCONI: UNA SFIDA SIU <i>di Maurizio Brausi</i>	6
--	---

URO-RUBRICHE

UROSTORIA - UROSTORY QUIZ <i>di Angela Maurizi</i>	8
--	---

UROLOGIA DI CONFINE - BARBARA RUBINO <i>di Serena Maruccia</i>	10
--	----

FUTURO INCONTRA CRISTIAN FIORI <i>di Serena Maruccia</i>	11
--	----

PANE, AMORE E UROLOGIA - SFERIFICARE <i>di Angela Maurizi</i>	12
---	----

E-UROLOGY - PERSONAL BRANDING, WEB DESIGN <i>di Angela Maurizi</i>	14
--	----

FONDAZIONE SIU UROLOGIA <i>di Andrea Tubaro</i>	17
---	----

PILLOLE DI SEGRETERIA	19
-----------------------	----

UROSCOPO - TI INVITO A CENA. DI CHE SEGNO SEI? <i>di Angela Maurizi</i>	20
---	----

“Italian Program”

AUA-SIU una partnership vincente



di **Giuseppe Carrieri**

3



L'EVENTO MADE IN ITALY AL CONGRESSO AUA

Anche quest'anno dal 15 al 19 maggio si è svolto presso il New Orleans Memorial Convention Center il Convegno annuale dell' **American Urological Association (AUA)**. In questo importante e prestigioso evento scientifico l'Italia, attraverso la SIU, ha giocato un ruolo di prim'ordine organizzando per il 4° anno consecutivo, nell'area Subspecialty Society & International Meetings, l'iniziativa “Italian Program”, un importante momento di confronto culturale tra il mondo urologico italiano e quello statunitense.

L'evento, della durata di circa 3 ore, si è tenuto in una sala del Centro Congressi statunitense, stipata in ogni ordine di posto. L'apertura dei lavori è stata affidata al Presidente della SIU **Maurizio Brausi** ed al Segretario Generale **Vincenzo Mirone**.

La prima sessione incentrata sulle terapie mininvasive del carcinoma renale è stata moderata da **Giuseppe Ludovico**, Direttore della Urologia dell'Ospedale Miulli di Acquaviva, e da **Giuseppe Morgia** Direttore della Clinica Urologica dell'Università degli Studi di Catania. Il primo ad avere la parola è stato **John A. Libertino**, del Lahey Hospital & Medical Center (Burlington, Massachusetts) che ha delineato lo stato dell'arte nell'ambito della nefrectomia parziale open-zero ischemia. A seguire si sono succeduti - in un Point/Counterpoint su nefrectomia robotica e laparo - **James Porter**, Direttore di Robotic Surgery al Swedish Medical Center e **Francesco Porpiglia**, Ordinario di Urologia dell'Università di Torino.



Graziella Pellegrini, ritira il premio come miglior poster italiano.



POSTER ITALIANO PREMIATO AL CONGRESSO AUA

"Comparative assessment of oral and urethral mucosa cell cultures and in vitro analysis of their regenerative and proliferative properties for tissue engineering urethral reconstruction"

Graziella Pellegrini*, Francesca Corradini, Modena, Italy, Guido Barbagli, Arezzo, Italy, Michela Zattoni, Michael Giovanardi, Vincenzo Genna, Gianpaolo Bianchi, Modena, Italy, Massimo Lazzeri, Arezzo, Italy



La sessione successiva ha visto l'attenzione spostarsi sul trattamento delle neoplasie vescicali. Il Presidente SIU **Maurizio Brausi** e **Donata Villari** dell'Università di Firenze hanno condotto la moderazione. La storia della sostituzione intestinale della vescica affetta da neoplasia è stato l'argomento di **Jason R. Gee** (Burlington, Massachusetts) che ha egregiamente trattato il tema in una lettura magistrale. Di seguito **Giulio Nicita**, Ordinario dell'Università di Firenze ed io personalmente **Giuseppe Carrieri**, Ordinario dell'Università di Foggia, abbiamo dibattuto sui pro e sui contro dell'utilizzo del sigma piuttosto che dell'ileo come sostituto ideale della vescica.

L'ultima sessione sulla "salute dell'uomo" ha visto come moderatori il Segretario Generale della SIU **Vincenzo Mirone**, Ordinario dell'Università Federico II di Napoli, e **Ridwan Shabsigh**, della Weill-Cornell School of Medicine of Cornell University, New York, USA. Shabsigh, nell'ambito di una lettura magistrale, ha affrontato il tema della "Salute dell'uomo nel mondo". A seguire **Paolo Verze** e **Roberto Larocca** dell'Università Federico II di Napoli, hanno chiarito il "perché l'Urologo deve essere il guardiano della salute dell'Uomo". **Riccardo Autorino**, dell'Università di Cleveland ha concluso la sessione sottolineando la correlazione tra salute sessuale dell'uomo e neoplasie. A conclusione del meeting, **Elisabetta Costantini** dell'Università di Perugia, ha premiato Graziella Pellegrino (Università di Modena), esperto internazionale di ingegneria tissutale, per il miglior poster italiano presentato all'AUA 2015. Tra i tanti contributi quest'anno si è voluta premiare la ricerca di base e la chirurgia ricostruttiva. Gli italiani non possono non essere orgogliosi dell'intensa produzione scientifica presentata anche quest'anno all'AUA, non solo in ambito oncologico con numerosissime presentazioni, ma anche negli altri ambiti della nostra disciplina promuovendo la cultura italiana urologica negli Stati Uniti e nel mondo.

Il grande lavoro di collaborazione tra SIU ed AUA continua con

una serie di iniziative già programmate per i prossimi mesi, volte a implementare ulteriormente il confronto scientifico e culturale tra le due Società; a Montegridolfo si terrà infatti l'8 e il 9 ottobre la **Summer School AUA**, nel corso della quale 5 tra i più prestigiosi urologi statunitensi condivideranno con 100 specializzandi italiani un programma intensivo di formazione urologica avvalendosi di nuovo e avanzato materiale didattico. Dopo la "due giorni di Montegridolfo" la faculty AUA raggiungerà il **Congresso Nazionale SIU di Riccione** ove si svolgerà l'**AUA Corner** che, ci auguriamo tutti, possa riscontrare lo stesso grande successo dell'edizione di Venezia 2012.

FELLOWSHIP

Sempre nell'ottica della collaborazione SIU/AUA anche per quest'anno due specializzandi italiani potranno frequentare, per la durata di un anno, una prestigiosa Istituzione universitaria per svolgere un programma di ricerca in ambito urologico.

PROGETTAZIONI FUTURE

Infine, il nuovo Segretario Generale dell'AUA **Manoy Monga**, visto il grande e crescente successo del nostro evento, ha già richiesto al delegato SIU per l'AUA, Giuseppe Carrieri, di organizzare per il 2016 una nuova edizione dell'Italian Program nell'ambito del prossimo meeting dell'AUA che si terrà a San Diego (California).

Il riconoscimento e la considerazione ottenuti in questi anni dalla SIU presso la Comunità Urologica Americana sono il frutto di un preciso lavoro scientifico ed organizzativo svolto dalla nostra Società nella sua interezza. Le radici della grande tradizione urologica italiana associate ad una visione aperta all'innovazione ed al progresso sono la chiave vincente delle nostre proposte e i nostri amici Americani stanno sempre più imparando a conoscerle e ad apprezzarle.

See you in San Diego!



di Andrea Cocci

RESIDENTS'
Corner

SIU-AUA Summer School a Montegridolfo

**101 specializzandi incontrano
gli Opinion Leader
dell'urologia americana**

Cari colleghi,

è con grande piacere e soddisfazione che presento l'ultima "fatica" della nostra Società.

Il progetto **SIU-AUA Summer School 2015**, realizzato grazie alla partnership tra SIU e AUA, è l'ulteriore dimostrazione di quanto SIU punti alla formazione con un'attenzione sempre più mirata alle giovani generazioni.

La location prescelta è Montegridolfo, borgo medievale recentemente ristrutturato con un'eccezionale storia. Montegridolfo è situato a pochi chilometri da Riccione, sede del Congresso Nazionale SIU e accoglierà

101 specializzandi provenienti da tutte le scuole di urologia italiane.

I colleghi specializzandi avranno il piacere di assistere alle lezioni di illustri opinion leader americani che terranno sessioni di approfondimento sulle tematiche di maggior interesse urologico.

Ecco i nomi:

1. *Dean Assimos (Birmingham)*
2. *Kevin McVary (Columbus)*
3. *Sam Chang (Nashville)*
4. *Gopal Badlani (New York)*
5. *Drogo (Karl) Montague (Cleveland)*

I **5 Hot Topics**, selezionati in base alle richieste espresse dai colleghi specializzandi a livello nazionale, saranno gli argomenti delle giornate dedicate ai discenti:

- **BPH**
- **Female Urology**
- **Bladder Cancer**
- **Ureteroscopy**
- **Impotence**

Qual è il vero privilegio di partecipare ad un evento come questo?

Viene ripetuto, stressato e celebrato il concetto che "siete voi il futuro dell'urologia". Per quanto da considerarsi certe volte retorica come frase, dobbiamo affrontare il fatto che le opportunità formative della nostra generazione (e questo evento ne è l'esempio) siano enormemente più ampie rispetto alle vecchie generazioni e in questo senso CONOSCERSI è il cardine del brain storming, mezzo indispensabile per la crescita individuale. Essere insieme, conoscersi, parlare di urologia, dell'offerta formativa delle proprie scuole, scambiare opinioni/esperienze, sono il vero tesoro che porteremo a casa da Montegridolfo.



La carica dei 101 a Montegridolfo

Formazione ma non solo..... ovviamente.

Se dalle 9 alle 19 lavoreremo con i tutor non mancheranno gli eventi sociali ma in questo senso non possiamo anticipare niente anche se consigliamo a tutti di non dimenticare una tenuta sportiva.

Questo è solo il capostipite di un appuntamento che speriamo diventi routinario ogni anno, dando ad ogni futura generazione di resident l'opportunità che i 101 di Montegridolfo riceveranno dall'**8 al 10 Ottobre 2015**.

Un ringraziamento speciale al **Prof. Giuseppe Carrieri**, Responsabile Ufficio Educazionale SIU e al **Prof. Vincenzo Mirone**, Segretario Generale SIU.

Un doveroso ringraziamento alle aziende farmaceutiche Zambon e Pierre Fabre che, nonostante i tempi non proprio felici, continuano a supportare con enormi sforzi la formazione in urologia.

Il progetto Bocconi: una sfida SIU

di **Maurizio Brausi**
Presidente SIU



6

I cambiamenti di sistema ed i limiti alle risorse che coinvolgono le organizzazioni sanitarie pongono interrogativi sul futuro dell'urologia.

La nascita di reparti ad intensità di cura, la creazione di aree vaste, l'assorbimento in reparti di chirurgia generale e gli accorpamenti di unità operative ci inducono a poche importanti domande sul futuro dell'urologia italiana. In particolare, cosa temiamo? Cosa vorremmo? Cosa è obiettivamente realizzabile?

La SIU ha un ruolo strategico nella formazione dei giovani e nella ricerca e può costruire e rappresentare la identità collettiva urologica italiana. Occorre quindi posizionare l'urologia sia nell'ambito del servizio sanitario nazionale che in quello didattico educativo post laurea e post specialistico.

La SIU ha iniziato una collaborazione con Cusas dell'Università di Firenze e il Cergas dell'Università Bocconi per mettere a fuoco le linee strategiche e caratterizzare la disciplina urologica nel difficile contesto del nostro sistema sanitario attraverso una serie di analisi di ricerca.

Gli obiettivi sono stati:

1. Analizzare lo stato attuale dell'assetto e della produzione dell'urologia italiana;
2. Proporre cambiamenti auspicabili ed innovazioni;
3. Anticipare ed essere preparati a decisioni "prese dall'alto".

I risultati di questa analisi che si è conclusa qualche mese fa sono stati interessanti.

RICOVERI IN UROLOGIA

Il numero di ricoveri urologici nel 2012 sono stati 415.923, il 4,10% del totale ma si sono ridotti del 7,20% rispetto al 2010.

TIPI DI INTERVENTO

L'intervento urologico più frequente, corrispondente al DRG 311 è stata la TURBT. Al secondo posto viene la calcolosi urinaria (DRG medico) mentre al terzo posto si pone la TUR della prostata (DRG 337). La percentuale

dell'attività chirurgica svolta rispetto a quella medica è risultata del 60% e del 40% rispettivamente con variazioni anche significative a seconda delle regioni.

PESO MEDIO PONDERATO

Il peso medio ponderato dei DRG urologici è stato 0.917. Per la chirurgia generale è di 1,11, per l'ostetricia-ginecologia è di 0.63. Il numero di DRG ad alta complessità è stato pari all'8,4% mentre i DRG inappropriati sono stati il 26%.

RIPARTIZIONE DELL'ATTIVITÀ

Delle 428 strutture urologiche presenti sul territorio italiano 6 eseguono più di 2000 DRG, 50 più di 1000, 150 più di 500 e 222 meno di 500. In generale i tipi di prestazioni ed interventi offerti dalle varie strutture urologiche non si differenziano di molto e tutti trattano le stesse patologie.

E' stato studiato quindi come l'urologia viene percepita dai Direttori Generali o Sanitari, 8 dei quali sono stati intervistati.

Questo è il risultato dell'analisi e l'urologia è identificata come una disciplina:

- Chirurgica per il 60-95% dei casi
- Dinamica
- Emergente
- Ad alta innovazione tecnologica
- Ad alta specializzazione
- A domanda crescente

Sono state richieste anche le caratteristiche negative e sono risultate:

1. Rischio di overtreatment ed inappropriatezza;
2. Autoreferenziale e poco integrata.

Inoltre l'urologia viene percepita come specialità prevalentemente ospedaliera.

E' anche emerso l'orientamento alla costruzione di reti Hub and Spoke: i casi urologici più complessi verranno concentrati nell'urologia HUB mentre i casi a bassa complessità (litiasi, chirurgia endoscopica) verranno trattati nelle urologie Spoke (Case della Salute). Si prevede anche



un modello pendolare dell'urologo ospedaliero che si dovrà spostare per erogare prestazioni nelle diverse strutture Ausl.

Sembra evidente che ci sarà sempre maggiore volontà nell'integrare l'urologia ospedaliera con quella territoriale e questo soprattutto per eseguire:

1. Attività di prevenzione e diagnostica;
2. Attività di bassa complessità endoscopica (Case della Salute);
3. Gestione del follow-up e delle patologie croniche urologiche sulla base di PDTA condivisi.

In conclusione si può affermare che l'urologia del futuro si trasformerà in modo significativo attraverso:

1. Accorpamento di strutture;

2. Creazione di centri urologici HUB and SPOKE;
3. Decentramento della piccola e media chirurgia in centri territoriali (Case della Salute);
4. Diagnosi, trattamento e follow-up delle patologie oncologiche nei percorsi PDTA.

Il ruolo della SIU in questo cambiamento è **quello di informare gli urologi italiani, di allertarli e prepararli a questi cambiamenti**, a volte radicali, che sono sempre difficili da accettare. Inoltre una prerogativa della SIU è quella di cercare un dialogo con le istituzioni per concordare il tipo e le modalità delle trasformazioni regione per regione.

Il processo è lungo e difficile, ma è l'unica modalità per non subire imposizioni "dall'alto" senza che siano valutate in precedenza dagli urologi.

di **Angela Maurizi****uroStoria**

8



Urostory Quiz

La Società Italiana di Urologia fu fondata il 14 Aprile del 1908 a Roma nella sala delle adunanze della Società Italiana di Chirurgia, nella Regia Clinica Chirurgica del Policlinico Umberto I. L'idea di fondare una società italiana di urologia venne nel 1907 a Carmelo Bruni e Michele Pavone senior, appena rientrarono dal congresso della Società Francese di Urologia, fondata nel 1896 da un medico franco-creolo di nome Felix Guyon.

Quanto conoscete la storia della nostra SIU?
Provate a rispondere alle domande qui di seguito...

1. **Chi fu eletto come primo presidente della Società Italiana di Urologia?**
2. **Quale presidente della SIU aveva inserito nel discorso presidenziale l'allocuzione "Camerati"?**
3. **In che anno la SIU interrompe la sua attività ufficiale durante la seconda guerra mondiale?**
4. **Da quale congresso fu esclusa la Società Italiana di Urologia, sotto lo specioso pretesto che l'Italia non aveva ancora firmato il trattato di pace?**

5. Sulla copertina del XXIII Congresso della Società Italiana di Urologia (1950), viene erroneamente riportata come sede il nome della città di Roma. Dove si svolse realmente il congresso?
6. Chi era il Presidente della SIU durante il cinquantenario svoltosi nel settembre del 1958?
7. Mario Arduini e Pietro Valdoni operarono il 4 novembre 1967, per la prima volta nella storia, un personaggio di rilievo. Ricordate chi?
8. Fu mai presidente della SIU Ulrico Bracci?
9. Chi è la prima donna che ha “tinto di rosa” la SIU?
10. Che immagine utilizza nel proprio logo la Società Italiana di Urologia?



*Renato Jungano
Medico urologo presso Clinica SANATRIX Napoli*

NASCE L'UFFICIO STORICO DELLA SIU

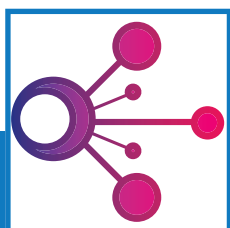
*Cari soci,
con mio grande piacere il Comitato Esecutivo della nostra Società mi ha incaricato di attendere allo sviluppo dell'Ufficio Storico, creato il 26 giugno di quest'anno.
L'intento dell'Ufficio sarà quello di promuovere la nostra identità, storica e scientifica, a livello regionale, nazionale e internazionale; spero, quindi, di poter contare sul contributo di Voi tutti per ricostruire, documentare e diffondere il lungo e blasonato percorso della gloriosa Società italiana di Urologia. Attraverso la raccolta e la conservazione, nella sede SIU, di libri, documenti e strumenti "d'epoca" relativi alla storia e all'evoluzione sia dell'Urologia Italiana sia della nostra Società, si cercherà anche di allestire una o più bacheche espositive.
Sarà mia cura tenervi informati, attraverso queste pagine, circa le iniziative che il Comitato e l'Ufficio intraprenderanno.*

Risposte

1. Angelo Roth;
2. Palo Lilla;
3. 1940;
4. Il congresso di Saint Moritz;
5. Palermo;
6. Michelangelo Sorrentino;
7. Il Pontefice, Papa Paolo VI, sottoposto

8. Sì, nel 1968, il XLI congresso quello anno si tenne a Fuggi.
9. Franca Maria Mazzoni, socia SIU dal 1970;
10. La matula, un recipiente utilizzato nel medioevo per il trasporto delle urine ed il successivo esame da parte del

medico, per curiosità vi ricordo la Ruota delle matule, una enumerazione di circa 20 tipi di urine sulla base del colore "Albus, lacteus, glaucus, karopos, subrufus, pallidus, subcus, citrinus, subbicus, rubicundus, subrufus, rufus, subrubus, rubens, impos, kianos, viridis, lividus, niger".



urologia di confine

di Serena Maruccia



Barbara Rubino

Da 10 anni si occupa principalmente di uropatologia; lavora come consulente presso l'IRCCS Policlinico San Donato e presso l'Istituto Auxologico Italiano.

10

Le novità che l'urologo dovrebbe conoscere: linee guida di riferimento, grosse rivoluzioni in vista nel tuo ambiente.

L'ultimo aggiornamento ufficiale e di una certa importanza è sicuramente la Consensus Conference di Vancouver del 2012 sui tumori del rene. Siamo tutti in trepida attesa da mesi, per non dire da anni, dell'uscita del nuovo WHO sulle neoplasie del tratto genitourinario: sono curiosa in particolare di conoscere le modifiche che riguarderanno il grading e lo staging del tumore della prostata e gli aggiornamenti sul testicolo. Ad ogni modo, di tutte le novità discuteremo insieme ai nostri urologi per decidere cosa e quanto modificare nel nostro modo di refertare affinché il cambiamento, che può essere a volte anche dispendioso e faticoso, sia veramente utile.

Quali sono gli errori più frequenti dell'urologo.

Per quella che può essere la mia esperienza personale, qualche problema si può creare nel corso degli esami intraoperatori, principalmente perchè a volte l'urologo può aspettarsi ciò che il patologo non può dargli. Occorre che mi spieghi meglio: l'esame intraoperatorio è una metodica con dei limiti intrinseci, di per sé inficiata da una certa percentuale di "insuccessi", ovvero diagnosi che non vengono confermate sulle sezioni definitive, come confermato dai dati riportati in letteratura. Succede raramente, ma quando capita può causare frustrazione ed ansia sia all'urologo che al patologo. A mio avviso, sui casi difficili, è bene intendersi a priori su quello che si sta andando a fare, studiare insieme il caso prima di portarlo in sala operatoria, parlare dei propri dubbi o perplessità apertamente: in alcuni casi ciò può portare a rinunciare a richiedere un esame intraoperatorio che può, in fin dei conti, rivelarsi più dannoso che utile.

Angolo del mea culpa: quali sono gli errori più frequenti dei tuoi colleghi?

Il patologo, anche se molto più in passato che oggi, non sempre è pronto a mettersi in discussione e a confrontarsi con gli altri, riconoscendo perchè no anche i propri errori: a volte tende ad irrigidirsi sulle proprie idee e convinzioni, soprattutto se viene contestato nel proprio operato, dimenticando che da un confronto intelligente ed educato molto spesso possono nascere spunti interessanti ed utili. Ma devo dire che incappano in questo errore spesso anche colleghi di altre specialità, perciò

è forse più giusto dire che è un problema che riguarda un po' tutti noi medici.

Molte volte poi il patologo, che per natura deve essere un pignolo, può rischiare di esagerare e diventare maniacale. Deve esserci un razionale anche nella scelta di seguire le linee guida che, in fin dei conti, sono un suggerimento e non una rigida imposizione: ognuno di noi dovrebbe contestualizzare sempre ciò che viene proposto, adattandolo almeno in parte alla quotidianità che vive. Ha davvero senso che nel mio referto compaiano delle informazioni che, nel posto in cui lavoro, sono tenute poco o niente in considerazione e di cui io per prima non condivido fino in fondo l'utilità? Certo, qualcuno potrà obiettare che un paziente può decidere di continuare a farsi curare in un altro posto in cui, invece, si dia molta importanza anche ad altri parametri "ancillari". E' utile allora che un patologo metta a disposizione i propri vetri ai colleghi di altri enti e che essi possano fare tutte le considerazioni del caso e, se serve, integrarne il referto.

L'anatomo patologo è considerato lontano dalla realtà clinica che noi viviamo col paziente. Credi che sia un aspetto inevitabile del tuo lavoro o sarebbe auspicabile una maggiore partecipazione nella scelta terapeutica?

Pur considerando il momento della refertazione al microscopio un momento tipico nella gestione globale del paziente, e quindi sentendomi "utile", mi dispiace un po' non essere coinvolta e spesso ignorare quello che è stato prima e quella che sarà poi la continuazione del suo percorso terapeutico. Se chiedo quante più informazioni cliniche possibili per ogni caso non è solo perchè potrebbero in alcune circostanze aiutarmi a fare diagnosi, ma anche perchè sono pur sempre anche io un medico curante di quel paziente e mi piace conoscere l'aspetto clinico, radiologico, laboratoristico di quello che guardo al microscopio. Magari anche a qualcuno di voi viene la curiosità di guardare al microscopio. Certo a volte il tempo manca per interessarsi ad ogni singolo caso, ma devo dire che sono molto contenta ed anche un po' orgogliosa quando i nostri urologi mi chiamano in sala operatoria per farmi vedere quello che fanno e come lo fanno.



di **Serena Maruccia**

futuro incontra

Cristian Fiori

Nome Cristian
Cognome Fiori
Dove lavori S.C.D.U. Urologia, A.O.U.
"San Luigi Gonzaga" Orbassano - Torino

Il mio motto
HOMO SAPIENS
NON URINAT IN VENTUM!



I tuoi campi di interesse

Endourologia (urolitiasi - il primo amore non si scorda mai - trattamento laser dell'adenoma di prostata), chirurgia laparoscopica e robotica.

Età anagrafica ed età celebrale

39 anni e sentirsene 80!! A 12 anni un insegnante ha valutato in pagella "troppo serio" il mio comportamento; a 15 anni mi hanno scambiato per un docente del liceo che frequentavo....!

La cosa di cui vai orgoglioso

Far parte del gruppo del San Luigi, un gruppo che offre ai pazienti una chirurgia di qualità grazie all'impegno e alle capacità di tutti i colleghi, ma soprattutto grazie al lavoro del prof. Porpiglia.

Il grande rimpianto

Non dedicare il tempo che meriterebbe alla mia famiglia che spesso è messa in secondo piano dagli impegni lavorativi.

Il ricordo più dolce

Mi rendo conto che non sia proprio una riflessione originale.... tuttavia è la prima volta in cui ho visto mio figlio. E' stato certamente il momento più intenso ed emozionante della mia vita.

Il prossimo acquisto

Un biglietto per il concerto di Bob Dylan a Torino; un nuovo casco per la mia Vespa e un viaggio a New York per i miei "primi" 40 anni.

Il peggior investimento

In passato mi è capitato di "investire" (non solo professionalmente) su persone che si sono rivelate profondamente diverse da come avevo immaginato.

Non ho mai tempo per....

Un po' di attività fisica (alla soglia dei 40 ci vorrebbe).

Il mio ultimo libro

Ho recentemente riletto "Accecati dalla Luce" di Gianluca Morozzi, che racconta in modo semiserio la "psicopatologia degli springsteeniani", da cui sono certamente affetto (chiedere ai miei colleghi per credere): l'amore per la musica di Springsteen è l'unico argomento che mi fa regredire all'adolescenza.

Non ho mai detto grazie a...

Non ho veri "rimorsi" in questo senso, anche se è vero che ci sono alcune persone a cui non dico mai grazie abbastanza... i maestri di chirurgia, gli amici che mi sono accanto, i familiari che mi sopportano nei momenti bui.

La mia carta vincente

Passione per il lavoro e umiltà.

Il prossimo obiettivo

Fare meglio ciò che so fare, imparare ciò che non so fare.



Sferificare

“Creare un inaspettato contrasto di sapori, temperature e colori. Niente è quel che sembra. L'idea è di provocare, sorprendere e deliziare.”

Sono queste le parole di Ferran Adrià, chef contemporaneo che nell'esclusivo mondo degli chef stellati ci appare come un marziano. Stiamo parlando dell'inventore della cucina molecolare, lo chef degli chef, un profeta che sa di esserlo. Un uomo che ha fatto di se stesso un marchio planetario.

Secondo Adrià c'è differenza tra il semplice alimentarsi ed il vivere un'esperienza gastronomica.

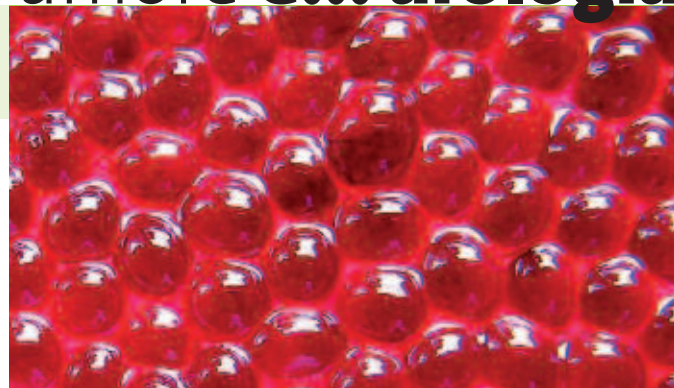
Ferran Adrià ha iniziato la sua carriera culinaria nel 1980 mentre lavorava come lavapiatti all'Hotel Playafels nella città di Castelldefels. Nel 1984, all'età di 22 anni, Adrià si è unito allo staff dell'allora sconosciuto El Bulli, di cui diciotto mesi dopo è diventato lo chef. Nel gennaio del 2010 annunciò che il ristorante El Bulli sarebbe stato chiuso nel 2012, e infatti il 30 luglio venne effettuato l'ultimo servizio nel ristorante di Roses. Questo allo scopo di effettuare nuove ricerche in campo culinario, e portare innovazione alla cucina internazionale.

Non sono mancate le proteste; molti di voi ricorderanno l'inchiesta del nostrano “Striscia la notizia” sull'uso degli additivi in cucina che Ferran Adrià ed altri chef “molecolari”, sembrano usare nelle loro creazioni.

Quello che condivido della filosofia di questa cucina tecno-emozionale è la volontà di stupire, e non vi nego che io stessa mi sono diletta nel realizzare alcuni piatti originali.

Oggi vorrei parlarvi di un processo chimico conosciuto con il termine di “sferificazione” che vi permetterà di stupire i vostri commensali, rendendo le vostre cene davvero molto originali.

Conosciuto anche come “finto caviale”, questa tecnica sfrutta la reazione dei liquidi miscelati ad alginati bagnati in soluzioni di calcio, con l'obiettivo di creare delle piccole palline (caviale) che avranno una texture rigida all'esterno e liquida all'interno. La tecnica da “sferificacòn” di Adrià è composta dai seguenti elementi in polvere: l'alginato, da miscelare al prodotto principale da sferificare nella misura di 2 grammi per 250 grammi di prodotto; il calcio, da miscelare con acqua nella misura media di 2,5 grammi per litro per creare il bagno calcico. In questa soluzione, verranno lasciate cadere le gocce di prodotto alginato da una siringa di grosse dimensioni.



CAVIALE DI FRAGOLA

Per le sfere

- 50 ml di sciroppo di fragole;
- 100 ml di acqua;
- 1 g di acido alginico;
- 0.5 g di bicarbonato di sodio

Per la soluzione

- 130 ml di acqua;
- 4 g di cloruro di calcio

Materiale occorrente

- Bilancina di precisione
- Mixer ad immersione
- Siringa senz'ago
- Ciotole di varie dimensioni
- Colino o cucchiaino da caviale

Versate lo sciroppo di fragole (oppure un altro qualsiasi tipo di sciroppo) e l'acqua in un beker; aggiungete l'acido alginico ed il bicarbonato di sodio. In alternativa, è possibile utilizzare 2 g di alginato di sodio. Frullare il tutto con il mixer ad immersione.

Prelevate lo sciroppo diluito con una siringa senz'ago. Fate gocciolare lo sciroppo con l'alginato nella soluzione di acqua e cloruro di calcio. L'alginato, a contatto con gli ioni calcio, polimerizza dando vita a sfere. Lasciate in soluzione le gocce di fragola per 40 secondi circa. Prelevate le sfere di fragola con un colino oppure con un cucchiaino di caviale e lavatele in una ciotola con acqua pulita per rimuovere il sapore amaro tipico del cloruro di calcio. A questo punto scolate il finto caviale dall'acqua e servite a piacere.

Ogni pallina di sciroppo di fragola ottenuta sarà costituita da un interno liquido e da un rivestimento di gel. Più a lungo le palline rimarranno immerse nella soluzione di acqua e cloruro di calcio, più il fenomeno progredirà (rischiando di solidificare anche il nucleo delle sfere).

Glossario

Gli alginati sono componenti estratti dalle alghe marroni: si tratta di polisaccaridi in grado di determinare la flessibilità delle cellule.

Il cloruro di calcio un sale naturale amaro identificato dalla sigla E509. Si tratta di un additivo alimentare normalmente utilizzato come regolatore di pH e agente in grado di migliorare la consistenza ad alimenti in scatola.

L'alginato di sodio è formato da lunghe catene di polisaccaridi che presentano sodio ai lati. A contatto con una soluzione di acqua e Sali di calcio si verifica una sostituzione: il sodio si sostituisce al calcio e, avendo valenza doppia, tiene unite due catene. In questo modo, le varie catene di polisaccaridi si intrecciano tra loro formando un tessuto.

di Angela Maurizi



13

Una volta immersi nel bagno le palline andranno “lavate” in un altro bagno di acqua neutra utilizzando un cucchiaino forato. Le sfere così formate avranno una consistenza rigida esterna ma liquida all’interno, schiacciate contro il palato, una volta introdotte in bocca, lasceranno uscire gli umori interni.

Le sfere non possono essere preparate con largo anticipo, in quanto dopo 8/12 ore prenderanno una forma solida compatta. Mettiamoci all’opera e realizziamo il nostro “caviale di fragola”, seguendo la ricetta nella pagina a fianco.





e-urology personalBranding

Web Design: progettare il sito scegliendo gli elementi più efficaci

Oggi finalmente riprendiamo il discorso lasciato in sospeso nello scorso numero, dove abbiamo spiegato come inserire i propri contenuti. In questo numero vi parlerò di qual è il percorso più adatto per cominciare a “disegnare siti web”, quali sono i colori e le font più idonee per una certa tipologia di sito, o come strutturare un mockup efficace o ancora quali dettagli rendono un layout esteticamente gradevole.

“Le leggi dei colori sono inesprimibilmente belle, proprio perché non sono dovute al caso” Vincent Van Gogh

Iniziamo dal colore, di come sia capace di influenzare inconsciamente molti aspetti della nostra vita e di come questo fenomeno venga sfruttato abilmente nella pubblicità e nella grafica, sia cartacea che web.



I colori visualizzati sullo schermo del nostro computer (quelli quindi che dobbiamo utilizzare nella progettazione grafica di un layout) si basano su un modello di colore additivo, in cui i colori vengono visualizzati – e misurati – in percentuali di rosso, verde e blu (a questo dobbiamo l'acronimo RGB).

Il colore è una sensazione che viene recepita dal cervello e che ha effetti sul nostro organismo e soprattutto sul nostro atteggiamento psicologico. La nostra “tavolozza cromatica personale” dipende dal modo in cui percepiamo i colori esterni e da quali concetti emozionali gli associamo inconsciamente, sia sulla base del nostro vissuto personale, sia sulla base del contesto culturale in cui viviamo che ci influenza più o meno direttamente. In linea di massima, i colori caldi (giallo, arancione, rosso) sono stimolanti e positivi, ma anche irruenti e decisi. I colori tenui, come le tonalità pastello, sono rassicuranti e ispirano fiducia. Stessa cosa per i colori freddi, come il verde e l'azzurro.

Vediamo nel dettaglio qual è il significato intrinseco dei colori che utilizziamo più spesso, e in che modo questi possono influenzare – negativamente o positivamente – i nostri potenziali “pazienti”.

ROSSO

Il rosso è il colore più vibrante e stimolante dello spettro, ed esprime numerose sensazioni positive e vitali (non a caso stiamo parlando del colore dell'amore, della passione, dell'emozione). E' il primo colore che notiamo, ed è il colore che più di tutti è capace di attirare la nostra attenzione e di provocare in noi una qualsiasi reazione emotiva. Il rosso è il colore dell'audacia, della grinta, e stimola un senso di urgenza e di immediatezza. Il messaggio è: devo farlo, e devo farlo subito. Alcuni studi hanno dimostrato che in presenza del colore rosso un consumatore medio tende a spendere di più e ad acquistare più in fretta, quasi in modo irrazionale. Come abbiamo premesso, questo colore genera una vera e propria risposta fisiologica nell'individuo, che in presenza di elementi rossi sarà stimolato a mangiare di più e più velocemente.

GIALLO

Il giallo è il colore più “allegro” della ruota dei colori: è il colore del sole, della gioia, dell'ottimismo. Ha molte delle potenzialità intrinseche del rosso, ma senza i suoi effetti collaterali: attira l'attenzione, crea energia ed esprime sensazioni positive e rassicuranti. Il giallo è il colore più amato dai giovani, e quello più utilizzato nei disegni dei bambini. Se vuoi un colore



acceso e capace di incuriosire o di coinvolgere positivamente grandi e piccini, il giallo – così come l'arancione – è il colore che fa per te. Anche questo colore, come il rosso e l'arancione, stimola l'appetito ed è perciò particolarmente indicato in progetti di design che abbiano a che fare con la ristorazione.

L'informazione utile: gli studi dimostrano che una scritta nera su un background giallo è la combinazione cromatica più facile da leggere e da ricordare. In generale, il contrasto tra il nero e il giallo è veramente molto efficace, sia da un punto di vista prettamente estetico che da quello comunicativo.

ARANCIONE

L'arancione è un colore molto vivace, dinamico e accogliente. Manifesta in sé la forza e lo slancio del rosso e l'allegria e la vitalità del giallo. Anche in questo caso, trattandosi di un colore caldo, è ottimo per attirare facilmente l'attenzione e dare ad una composizione grafica una forte valenza emozionale.

Abbinando il colore arancione con un colore freddo (blu o viola per esempio) è possibile ottenere degli effetti molto interessanti e indirizzare l'occhio dell'utente verso particolari elementi della pagina.

BLU

Il blu è un colore estremamente rilassante e positivo, esprime una sensazione di benessere, di tranquillità e di pace. Per certi versi potremmo definire questo colore come il perfetto antagonista del rosso: se quest'ultimo aumenta le pulsazioni e la pressione sanguigna, con il blu è possibile ottenere l'effetto opposto. Se il rosso spinge ad azioni immediate, a volte anche irrazionali, il blu è il colore della riflessione, del pensiero razionale, della calma. E' un colore che, istintivamente, ispira fiducia e senso di confort, soprattutto nelle sue tinte più tenui. Alcuni studi di marketing hanno dimostrato che utilizzando il blu nell'arredamento





e-urology personalBranding

16



dell'ufficio reclami di un noto centro commerciale statunitense, in un anno si è avuto un calo del 45% delle richieste di risarcimento: rimanere in attesa all'interno di una stanza colorata di blu riduceva la tensione e lo stress e predisponne le persone ad un atteggiamento mentale più costruttivo e meno polemico.

VERDE

Il verde, distensivo e riposante per gli occhi, è il colore più rilassante dello spettro. Anche questo colore, come il blu, è molto positivo ed esprime sensazioni piacevoli e rassicuranti. Da sempre considerato il colore della natura, ha notevoli capacità lenitive (è infatti uno dei colori cardine della cromoterapia) e rinfrescanti. Come il blu anche questo colore ispira fiducia, soprattutto se in una tonalità scura, tendente al verde oliva: per questo motivo anche il verde è utilizzato spesso nei progetti grafici che hanno a che fare con aziende del settore assicurativo, finanziario o legale. Un verde troppo acceso, tendente al giallo, è ritenuto visivamente fastidioso: meglio utilizzare una sfumatura meno vivace, che denota stabilità, crescita e ricchezza (non dimentichiamo che verde è il colore del denaro e del benessere economico).

Dopo un breve accenno alla "psicologia dei colori", il cui unico obiettivo era solo quello di farvi soffermare sugli input che giornalmente riceviamo, entriamo nel cuore del discorso. Lo scopo comune di ogni grafica, indipendentemente dall'utilizzo che se ne faccia, è quello di comunicare. Di esprimere un messaggio – sia esso psicologico, commer-

ciale o emozionale – ad un target più o meno definito. La realizzazione grafica di un design accattivante non è un semplice lavoro basato su concezioni prettamente estetiche – e, di conseguenza, frivole e trascurabili – ma è una fase essenziale di ogni progetto di comunicazione che miri ad attirare l'attenzione dei potenziali clienti in modo immediato e visivo.

Pertanto, quando immaginate di creare una vostra pagina personale, un sito web, un forum, non è essenziale solo quello che volete comunicare, ma anche come scegliete di farlo.

A differenza di un cartellone pubblicitario, il vostro scopo non è attirare l'attenzione di un determinato target, ma quello di fornire informazioni circa la propria professionalità e le tipologie di prestazioni offerte, e di farlo nel modo più esaustivo possibile, così che i potenziali pazienti decidano di consultarvi.

Ovviamente non sarete voi a realizzare la grafica della vostra pagina web o del vostro spazio pubblicitario, ma questo non vi esonera dal conoscere la nomenclatura base del progetto grafico che avete commissionato. Abbiamo parlato dei colori RGB, ma altrettanto importante sarà la risoluzione (dpi) che permetterà di avere, tanto più alta è, una migliore resa estetica. Non va trascurata l'ottimizzazione: consiste, in pratica, nel tentativo di rendere gli elementi grafici "leggeri" da consultare senza comprometterne la loro gradevolezza ed infine la flessibilità, per far sì che il tutto sia fruibile a prescindere dal tipo di dispositivo che utilizziamo per accedervi (iphone, tablet, pc...)

Sono certa che il mio monologo non abbia toccato tutti i punti necessari per rendervi dei grafici di professione, ma spero vi abbia dato le basi per poter iniziare a progettare, ovviamente a chi non lo ha ancora fatto, il vostro trampolino di lancio per il web.

Nel prossimo numero tratteremo l'argomento sicuramente di maggiore interesse: la comunicazione, come dire al meglio ciò che vogliamo dire. Non perdetelo!



Andrea Tubaro
Presidente Fondazione SIU Urologia

Come contribuire al futuro della Ricerca



**UNA SPECIALITÀ ESISTE
FINO A QUANDO È LEADER NELLA RICERCA.**

**SOSTIENI L'UROLOGIA,
SOSTIENI LA FONDAZIONE,
SOSTIENI LA SIU.**



5 x mille

*Devolvendo il tuo 5 per mille alla Fondazione SIU Urologia
contribuirai a sostenere la ricerca scientifica in Urologia,
rendendo possibile l'avvio di nuovi progetti scientifici
e la realizzazione di studi clinici
indispensabili per sconfiggere le patologie urologiche.*

Fondazione SIU Urologia Onlus
a sostegno della ricerca, a servizio della collettività.

Numero verde
09223251001

nell'ambito della dichiarazione dei redditi.

IMPORTANTE:

La parte di destinazione del 5 per mille
non è alternativa a quella dell'8 per mille.
Possiamo essere entrambi sostenitori della salute.

www.fondazione-siu.it

88° CONGRESSO NAZIONALE SOCIETÀ ITALIANA DI UROLOGIA

Riccione- Palazzo dei Congressi

10-13 Ottobre 2015



pillole di segreteria



Barbara Fiorani

SIU Executive Manager
Capo Segreteria
educational@siu.it



Carla Ceniccola

Amministrazione Soci
segreteria@siu.it



Davide Frasca

Webmaster
webmaster@siu.it



Ilaria Giammononni

Segreteria SIU
info@siu.it

Caro Socio,

*siamo alle porte del **88° Congresso Nazionale SIU** che si terrà a Riccione dal 10 al 13 Ottobre 2015 e volevamo ricordarti alcune informazioni che pensiamo possano esserti utili.*

*Nei prossimi giorni sarà disponibile il servizio SIU **Poster Session Online**, con questo servizio penseremo noi a stampare il tuo Poster che verrà presentato in occasione del prossimo Congresso, la pagina sarà raggiungibile dalla home del sito www.siu.it seguendo l'apposito link dedicato al Congresso SIU di Riccione 2015.*

*Anche quest'anno nell'ambito del Congresso saranno presenti le sessioni **Hands on training**, con la presenza di tutor qualificati che vi seguiranno in tutte le fasi di training; ti rammentiamo che per avere la certezza di partecipare alle sessioni dovrai procedere all'iscrizione on line sul sito, una nostra mail ti segnalerà la data nella quale inizieranno le registrazioni. Infine, anche quest'anno si terranno le **votazioni** per il rinnovo della carica di **Presidente SIU 2015-2016**, ti ricordiamo quindi che, sia per votare, che per essere eletto, dovrai essere in regola con le quote sociali per l'anno in corso e per gli anni arretrati, ove dovute. A tal fine qualora non lo avessi già fatto, ti invitiamo a controllare il tuo status dei pagamenti: collegandoti al sito SIU e verificando nella tua pagina personale oppure telefonando direttamente qui presso gli uffici di Segreteria. La segreteria SIU rimane sempre a tua disposizione allo 06.86202637.*

Arrivederci a Riccione!



futuro

Periodico della Società Italiana di Urologia

Editore



Società Italiana di Urologia
Via Giovanni Amendola, 46
00185 Roma
Tel. 06 8620 2637
www.siu.it

FutURO 54 - Luglio 2015
Registrazione del Tribunale di Roma
n. 172/2006 del 12 aprile 2006.
Tutti i diritti riservati.

Direttore Responsabile
Maurizio Comelli

Direttore Scientifico
Elisabetta Costantini

Comitato di Redazione
Elisabetta Costantini,
Serena Maruccia,
Angela Maurizi,
Antonio Luigi Pastore

Hanno collaborato
a questo numero:
M. Brausi, G. Carrieri, A. Cocci,
R. Jungaro, A. Tubaro

Segreteria di Redazione,
Progetto Grafico
e Impaginazione



Viale Gianluigi Bonelli, 40
00127 Roma
tel. 06.657 487 450
info@eventi3immagine.it

Stampa
Tipolitografia Trullo
Via Ardeatina, 2479
00134 Santa Palomba - Roma

uroscopo

di Angela Maurizi

20



Ti invito a cena. Di che segno sei?



Per l'astrologia il corpo umano è un insieme di elementi mescolati secondo diverse proporzioni. Di conseguenza nascendo in un periodo o in un altro gli equilibri del nostro corpo possono variare.

L'alimentazione influisce notevolmente sul nostro stato di salute ed è noto che a seconda della nostra costituzione un alimento può favorire il nostro benessere, oppure mettere in difficoltà il nostro organismo.

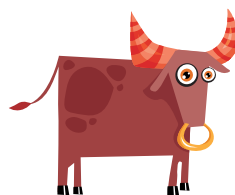
Qualsiasi alimento ingeriamo, influisce sul nostro essere, sul corpo, sulla mente e sullo spirito, perché tutto è energia. Ippocrate, 460-377 a.C. considerava il cibo come la fondamentale medicina dell'uomo. Galeno, medico e farmacologo Greco 130-200 d.C. circa, sosteneva la stretta connessione tra "lo stato del cielo, la stagione dell'anno, la regione o il paese in cui ci si trova per determinare una diagnosi e stabilire una terapia". Purtroppo già nella antica Roma ci furono i detrattori di questa antica scienza fino ad arrivare al suo declino dopo la caduta dell'Impero Romano. Bisognerà aspettare il XVI secolo, per arrivare al recupero di questi antichi insegnamenti ad opera di Paracelso, il quale sosteneva il legame dell'uomo con l'Universo.



ARIETE

Chi è nato sotto il segno dell'Ariete, generalmente mostra un appetito robusto, preferisce le pietanze sostanziose, non è molto esigente sul

mangiare, piuttosto che i cibi raffinati ama maggiormente i cibi piccanti, i gusti forti, le proteine ed i cibi di colore rosso. Sia i nati sotto il segno dell'Ariete che coloro che hanno pianeti in Ariete, tendono ad essere iperattivi ed ipertiroidei, bruciano rapidamente le calorie e rapidamente e frettolosamente cercano di reintegrarle. Non masticano mai a sufficienza e questa pessima abitudine li espone a dolori di stomaco, a duodeniti, ulcere, e a digestioni difficili. L'appetito è forte. Le donne dell'Ariete in genere sono delle pessime cuoche, non riescono a curare la presentazione dei cibi, che servono senza alcuna guarnizione. Poiché la tendenza del segno è alle congestioni ed agli ictus cerebrali, sarà bene evitare i cibi troppo conditi e piccanti, le bevande alcoliche, le carni in genere. Meglio orientarsi in una dieta a base di verdure, pasta integrale, con strappi bisettimanali a base di pesce. Piatto consigliato: Shepherd's Pie.



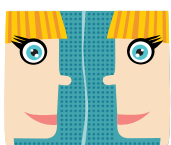
TORO

Chi è nato sotto il segno del Toro, è un tipo terrestre e NERVOSO, è sensuale ha un palato raffinato, un appetito robusto, esige qualità, quantità, varietà e presentazione, è un buon intenditore di

vini, ama i dessert, è bravo a cucinare. Cura l'armonia della tavola, tiene d'occhio la linea, e mangia di tutto. Tende alla obesità, ai disturbi della circolazione, alla ritenzione idrica. Dovrebbe ridurre il consumo di amidacei. Evitare i dolci, perché potrebbero far insorgere disturbi cardiocircolatori, evitare le tensioni durante i pasti, per evitarsi problemi di ordine psicosomatico. Per evitare problemi di gozzo, è bene consumare iodio e quindi alghe e sale integrale marino. Dopo i 45 anni è bene per il nativo di questo segno assumere vitamine A ed E. È bene inoltre evitare gli intingoli, mangiare di più le verdure. La sua predilezione per i piatti prelibati lo porta alla obesità, essendo una persona molto nervosa tende a soffrire di malattie psicosomatiche, Il nativo del segno del Toro, è una persona lenta, caratterizzata da un sano ed intenso edonismo, ha una massiccia tendenza a godere, è sensuale e sensoriale, ed ama molto il buon cibo; l'uomo Toro predilige le pietanze prelibate e raffinate, mentre la donna Toro è la più brava cuoca dello zodiaco, ma come già detto, la tendenza agli alimenti gustosi



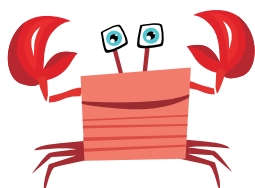
ed abbondanti comporta la tendenza ad una costituzione robusta che già nella giovinezza tende alla pinguetudine per diventare obesità in vecchiaia. Piatto consigliato: Manzo con verdure grigliate e miele.



GEMELLI

Chi è nato sotto il segno dei Gemelli, è caratterizzato dall'elemento Aria, la sua è una costituzione SANGUIGNA, che gli favorisce una figura snella e slanciata

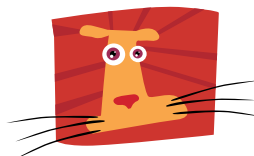
nonostante le abbuffate. Ama le cucine nuove, estrose, golose, i tocchi esotici, esperimenti ed accostamenti insoliti di sapori e colori, tiene alla linea, predilige il pesce e le crudità, cibi leggeri e poco cotti, ama la raffinatezza e la creatività, non la sovrabbondanza. Il nativo tende a cedere ai peccati di gola o a saltare i pasti con molta disinvoltura mettendo a dura prova il proprio organismo. Il nativo del segno tende ad essere creativo in cucina ed a inventarsi dei propri piatti. I rischi di patologie sono a carico del sistema nervoso, con cali di vitalità ed energia. E' goloso ed amante della buona compagnia, sa stringere a tavola amicizie e contratti vantaggiosi, ha una conversazione elegante e discreta. Piatto consigliato: spaghetti alle vongole veraci.



CANCRO

Il nativo del Cancro è un abile cuoco, un forte mangiatore, preferisce il dolce al salato, il delicato al piccante, non ama i gusti forti, ama

le uova, il latte e i suoi derivati, preferisce la semplicità e i pasti non troppo elaborati, non è esigente a tavola, apprezza di più la compagnia. Ama la semplicità e le sorprese, come i pensiero in tovagliolo. Il nativo del Cancro ha una leggera propensione ai peccati di gola, il suo rapporto con il cibo è legato all'infanzia, alla mamma, in genere sono dei buoni cuochi, le donne amano preparare manicaretti per avere la famiglia riunita intorno a sé. Piatto consigliato: Assortimento di formaggi con abbinamento di mostarde alla frutta.



LEONE

I nati sotto il segno del Leone appartengono all'elemento Fuoco che corrisponde alla costituzione BILIOSA, e quindi i nativi sono dei grandi mangiatori e prediligono i cibi grassi, pesanti, specie carne, come la selvaggina; tra i dolci la predilezione va ai gelati, ama il cibo abbondante ed una tavola ricca, appariscente e curata, con luci e materiali sfolgoranti, siede a capotavola, circondato dal suo pubblico. La donna del Leone tende a non porre limiti alla propria cucina, ricca di alimenti di ogni genere, sia sofisticati che semplici, in qualsiasi momento allestisce piatti abbondanti e sostanziosi, completati da caffè e da liquori che potrebbero soddisfare un esercito. Piatto consigliato: Cinghiale al ginepro con sformato di patate e verza.

uroscopo



22



VERGINE

Il nativo della Vergine in genere non ha una costituzione molto robusta, ma sopperisce a questo svantaggio attenendosi ai dettami di un regime dietetico che garantisca una buona salute. La cucina della donna

della Vergine si riconosce per il rigore nella pulizia, abbondano gli alimenti integrali, senza conservanti né coloranti, predilige i prodotti macrobiotici, la soia, le alghe marine, la crusca e tutto quello che garantisce il buon funzionamento dell'organismo. La Vergine non ama sorprese e voli di fantasia ma solo tutto ciò che è tradizionale; è critica, non ama appesantirsi sul mangiare, riconosce la qualità ma ama la sobrietà, la cura dei particolari, l'ordine, la praticità ed il senso della misura, non ama le sperimentazioni ed i cibi esotici, ama la cucina semplice, rapida da preparare, digeribile e non troppo sofisticata. Piatto consigliato: Spaghetti con pomodori datterino, basilico e scaglie di pecorino romano.



BILANCIA

Il segno della Bilancia appartiene all'elemento Aria e quindi alla costituzione SANGUIGNA, la necessità di armonia fa sì che difficilmente si abbandoni agli eccessi e quindi riesce a

conservare un buon funzionamento organico senza molta difficoltà. La donna della Bilancia alterna una cucina succulenta a pasti leggeri e digeribili, per non affaticare inutilmente l'organismo. La Bilancia, in generale, apprezza dei cibi l'armonia, il modo in cui vengono presentati, la qualità rispetto alla quantità, apprezza la semplicità e la accuratezza, apprezza sia i piatti tradizionali che la cucina popolare e quella esotica e raffinata, purché siano molto curati nella esecuzione e nella presentazione. Piatto consigliato: fichi in salsa di vino rosso, vaniglia, miele e cannella.



SCORPIONE

I nati sotto il segno dello Scorpione appartengono alla costituzione LINFATICA, hanno un temperamento spinoso, ed è difficile farli sottostare ad un sano regime alimentare specie se non sono convinti della necessità

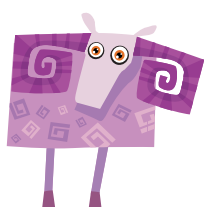
di una dieta. Il nativo del segno apprezza che gli si chieda che cosa preferisce mangiare, un piatto sbagliato lo innervosisce, ama iniziare il pasto con tanti stuzzichini diversi, curiosi, insoliti, saporiti, ama le cose misteriose, complicate, raffinate, i piatti esotici e da indovinare, apprezza una tavola ricca, ben decorata, ama le spezie. Le donne dello Scorpione sanno essere brave cuoche, ma a causa delle pulsioni masochistiche, tipiche del segno, nei periodi difficili dell'esistenza tendono ad abbandonarsi alle delizie del palato, con abbondanza di dolci, alcool e caffè, sopperendo in tal modo alle carenze affettive ed esistenziali. E' questa scorretta abitudine alimentare che spesso rende il nativo dello Scorpione in sovrappeso e con la cellulite. Piatto consigliato: tagliata di petto d'anatra con i fichi e dadolata di asparagi.



SAGITTARIO

I nati sotto il segno del Sagittario sono in genere dei buoni mangiatori, portati all'eccesso nei cibi e nelle bevande che spesso scontano

in età matura. Il loro fisico robusto giustifica questa fame insaziabile. I "sagittari" non sono troppo complicati come gusti, sono una buona forchetta, dall'appetito ineguagliabile, amano un piatto bello sostanzioso, magari accompagnato da una pietanza semplice purché diversa per avere una certa varietà, il tutto completato da frutta e dolci assortiti. La tavola e la presentazione dei cibi dovrà essere semplice ma fantasiosa. Si consiglia l'assunzione della Vitamina C, per combattere l'intossicazione da additivi chimici e conservanti, e vitamine del gruppo B. Alimenti da preferire saranno il germe di grano, la lecitina di soia. Piatto consigliato: Maltagliati di castagna con finferli.



CAPRICORNO

I nati sotto il segno del Capricorno fanno parte dell'elemento Terra che corrisponde alla costituzione NERVOSA e spesso, essendo governati da Saturno, hanno scarsa vitalità e sono fragili; gli appartenenti

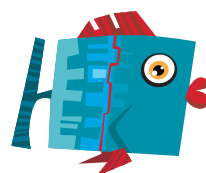
a questo segno o sono degli Epicurei, disinteressati al cibo o sono dei forti mangiatori. Amano comunque la convivialità, apprezzano i cibi costosi, la tavola dovrà essere ricca con una presentazione perfetta e dare l'impressione di opulenza, i nati sotto questo segno sono anche degli ipercritici e quindi attenti ai particolari, sulla tavola dovranno esserci dei fiori; è bene evitare cibi troppo ricchi e prediligere una dieta ben equilibrata ricca di vitamine, sali minerali e proteine. Alimento essenziale la lenticchia, è bene anche bere acqua ma senza cloro, perché distrugge la vitamina E. Comunque nonostante soffra di disturbi cronici, in genere è il segno più longevo dello zodiaco. Piatto consigliato: Brasato.



ACQUARIO

Chi è nato sotto il segno dell'Acquario corrisponde alla costituzione SANGUIGNA ed è influenzato sia da Saturno che da Urano, ha un carattere

anticonformista ed emotivamente distaccato dalla realtà quotidiana, per cui è difficile che abbia una particolare cura del proprio corpo e della salute ed è capace di mangiare di tutto. I nati sotto il segno dell'Acquario sono in genere delle buone forchette, con gusti tradizionali e semplici, alle volte si convincono di non sopportare certi alimenti e quindi è bene sapere in anticipo quali siano le cose che non tollera; amano le atmosfere classiche e soft, le sorprese; sono dei commensali di piacevole compagnia e tendono a dominare la scena. I maggiori problemi di salute potrebbero averli a livello della circolazione sanguigna. Necessitano assumere vitamina C ed E, per frenare la fragilità capillare le emorragie, e mangiare molta frutta fresca, arance, limoni, mele, pere, uva, ananas. Piatto consigliato: Gnocchi ai tre sughi.



PESCI

Chi è nato sotto il segno dei Pesci, di costituzione LINFATICA, è il tipo sognatore, dall'inconscio molto sviluppato e dal mentale caotico. In genere i disturbi di salute sono legati all'emotività, all'inquietudine e

al tormento interiore. La presenza di Giove e Nettuno fa sì che spesso il nativo del segno si abbandona ad eccessi alimentari ad alto contenuto zuccherino, per compensare una vita che spesso non corrisponde alle sue aspettative; alle volte cede anche alle lusinghe dell'alcool per evadere da una realtà che non lo soddisfa. La donna dei Pesci è una brava cuoca, abbonda nelle forme rotondeggianti. I nativi dei Pesci sono golosi, apprezzano sia la qualità che la quantità, amano la fantasia, l'accuratezza della esecuzione e della presentazione, prediligono i cibi morbidi e succulenti. Necessitano di una giusta proporzione di carboidrati, proteine e grassi integrandoli con assunzione di vitamine e sali minerali. La tavola per i nati dei Pesci dovrà essere armoniosa, confortevole, sui toni azzurri o colori delicati. Piatto consigliato: Crespelle al cioccolato piccante.



American
Urological
Association

Progetto SIU-AUA

Summer School

8-10 OTTOBRE 2015
MONTEGRIDOLFO (RN)

