

Autunno 2006 - n° 86



Notiziario WELEDA

Spedizione in abbonamento postale 70% Filiale di Milano

Ambiente e solidarietà

Weleda sulle Ande

Dalla natura
un aiuto per mantenersi sani

Per un inverno più mite

Salutogenesi in gravidanza

La scheda: Mentha Piperita L.

Posta e risposta

Sommario

- 3** Ambiente e solidarietà
- 5** Weleda sulle Ande
- 6** Un aiuto per mantenersi sani
- 10** Per un inverno mite
- 12** Salutogenesi in gravidanza
- 17** Mentha Piperita L.
- 18** Posta@Risposta

La MISSION

WELEDA Italia, in sintonia con le linee guida del Gruppo ispirate all'antroposofia, contribuisce a creare le condizioni necessarie al mantenimento e al recupero della salute dell'essere umano.

Nel rispetto di uomo, natura e società, i prodotti WELEDA cercano di determinare e soddisfare le necessità dell'individuo inerenti all'aspetto psico-fisico e sociale.

WELEDA Italia distribuisce medicinali, dietetici e cosmetici, e presta attività di formazione, informazione e divulgazione.

www.weleda.it



Notiziario WELEDA

Publicato in autunno e primavera, è inviato gratuitamente a chi ne fa richiesta:

e-Mail: notiziario@weleda.it

Periodico semestrale.

Spediz. in abb. postale 70%
Filiale di Milano.

Autorizzazione Tribunale di Milano
n.6353 del 12/9/1963.

Direttore responsabile: Stefano Riva.

Redazione: Cinzia Barducco, Laura Borghi, Alexander Ehrenheim, Francesca Lehner, Alberto Leonardis, Stefano Pederiva, Stefano Riva.

Hanno collaborato: Manuela Bizzo, Monica Bizzo, Valentina Bocedi, Mirta Nardello, Albert Schmidli.

Illustrazioni: Archivio Weleda.

Impaginazione e grafica: Weleda Italia.

Diritti riservati.

Stampa: Tipolitografia Crespi, Corbetta (MI).

Impianti: Fotolitomagenta Srl, Marcallo (MI).

Edito da Weleda Italia S.r.l.

20153 Milano, via del Ticino, 6

Tel.: 02 487 70 51; fax: 02 400 70 379

e-Mail: info@weleda.it • www.weleda.it

Ambiente e solidarietà

Grande presenza di pubblico quest'estate a Festambiente, nonostante un meteo poco estivo.



Per la seconda volta Weleda ha portato i suoi prodotti e la sua filosofia aziendale in Maremma, dal 4 al 15 agosto, nella bella struttura "Il Girasole" di Legambiente a Rispecchia.

Con Legambiente Weleda ha trovato senz'altro un partner affidabile, e non si parla di un rapporto basato su interessi commerciali, bensì su ideali comuni fondati sulla salvaguardia dell'ambiente.

Quantunque l'oggetto societario di Weleda non lo preveda espressamente, la produzione di cosmetici, di integratori alimentari e di medicinali omeopatici ed antroposofici, è di fatto un indiretto, grosso e tangibile contributo alla tutela del patrimonio comune.

Infatti, l'accurata selezione di materie prime impiegate nelle formulazioni, quasi interamente provenienti da produzioni biodinamiche, biologiche, oppure da raccolta spontanea, è per Weleda una libera scelta e per-

corso gratificante per non gravare sulle risorse ambientali, che anzi, grazie ai metodi di coltivazione impiegati, vengono costantemente reintegrate ed anche arricchite.

Anche quando alcuni ingredienti necessari alle formulazioni provengono da Paesi lontani (Perù = Rathania, Turchia = Rosa mosqueta, Ande peruviane = Menta piperita, ecc.), le scelte agronomiche, nonché i contratti di lavoro, vengono studiati e messi in opera in modo tale che nessun tipo di risorsa venga sfruttata. Per esempio, se in caso di avverse condizioni climatiche, la produzione dovesse risentirne e mettere in pericolo i redditi di quelle popolazioni che ne traggono spesso l'unico sostentamento, Weleda si impegna a sostenere il lavoro svolto, svincolandolo dal valore prodotto.

Questo sì che è commercio equo e solidale.

Tornando indietro alla festa di Rispecchia, le numerose attività organizzate, hanno permesso di prendere per mano i numerosi visitatori e di condurli in una originale ed autentica avventura.





Attività e laboratori anche per i più piccoli, che, guidati da assistenti esperti, ritrovano in giochi semplici ed in lavori manuali un sano divertimento ed il piacere di essere protagonisti, non più passivi ed annoiati spettatori.

... Ed in tavola un menù tutto speciale, medicina, ambiente, salute e la centralità dell'uomo.

Alla presenza di oltre un centinaio di addetti al settore sanitario, con un pubblico numeroso ed interessato, si è sviluppato un interessante ed aperto confronto sul tema della possibile integrazione tra la medicina ufficiale e le medicine non convenzionali: i Dottori Francardo, medico antroposofa, Tucci, Presidente della Federazione Medici Pediatri, e Cricelli, Presidente della Società dei Medici generici, hanno discusso e portato le proprie esperienze personali e collettive. Roberto Bertollini, Direttore presso l'Organizzazione Mondiale della sanità, ha contribuito con dati ed elementi di dimensione più generale alla definizione del percorso storico, in Italia rispetto ad altre aree geografiche, della compresenza di diverse articolazioni della pratica e della teoria medica, e della loro misura in termini di pluralismo integrato, oppure di antagonismo radicato.

L'osservazione comune, condivisa da tutti i partecipanti, è un ritardo legislativo italiano nel recepire, e di conseguenza normare, le tendenze generali ad acquisire più cono-

I bambini, in un divertente laboratorio, hanno potuto imparare a riconoscere gli aromi delle piante impiegate da Weleda nella preparazione dei suoi prodotti; inoltre, genti di città e genti di campagna hanno riscoperto con sguardo nuovo e curioso le innumerevoli forme con cui la vita nel rispetto dell'ambiente riesce a manifestarsi.

Un percorso natura, in cui la flora spontanea si compenetra con gli orti biologici e biodinamici, a testimoniare, ancora una volta, che è sempre e solo l'uomo con la gestione delle sue attività a decidere sulle sorti di ciò che gli sta attorno.

scienza e competenza riguardo alle medicine complementari, ed anche rispetto ai medicinali a base naturale. La necessità di linee normative in questo senso è infatti particolarmente avvertita dai medici operanti per il Servizio Sanitario Nazionale, nell'auspicio comune di poter operare in modo più organico rispetto al paziente ed al suo vissuto generale, superando un approccio riparatorio della malattia che si dimostra nei fatti non più sufficiente anche a livello mondiale.



Progetto ecocompatibile

Weleda sulle Ande

*Produzione di Mentha Piperita
nel rispetto della natura e dell'uomo.*

Weleda, sempre più in alto!, porta nuovo lavoro a 30 famiglie nel villaggio andino di Catalinayoc in Perù.

Un progetto, tutto "Fair Trade", per la produzione Bio di menta nera (*Mentha piperita*). Da questa piccola pianta erbacea della famiglia delle labiate, Weleda ricava il prezioso olio essenziale, necessario per la produzione dei dentifrici della linea orale.

Il progetto è decollato circa due anni fa, quando Weleda ha coinvolto gli agricoltori locali per questo progetto.

Attualmente è stimata una produzione di oltre 500 kg di olio essenziale di menta piperita, una produzione destinata ad aumen-

tare nei prossimi anni, fino a raggiungere la quota di circa 2 tonnellate annue.

Il segreto del "Fair Trade" è un accordo dove ogni partner ne risulta vincitore.

E i partner sono tre!

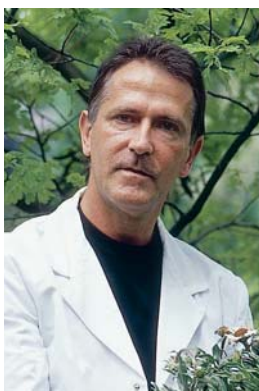
Weleda ottiene un olio essenziale Bio di altissima qualità e **gli agricoltori** di Catalinayoc hanno un acquirente certo ed affidabile per il loro raccolto, ad un prezzo onesto sotto ogni punto di vista.

Il terzo partner è **la Natura** e, come tale, anch'essa ne esce arricchita: col metodo biologico di coltivazione, i terreni non vengono sfruttati, la fertilità viene accresciuta e il territorio salvaguardato.



Dalla natura un aiuto per mantenersi sani

*Come nasce un prodotto Weleda,
Michael Leuenberger intervista Albert Schmidli.*



Albert Schmidli

Nato a Liestal in Svizzera il 20 marzo 1956, si è laureato Chimico-Farmaceutico a Basilea nel 1981.

Dal 1986 collabora attivamente in Weleda con diverse mansioni legate soprattutto alla ricerca, alla produzione farmaceutica e alla formazione di medici e farmacisti per la medicina antroposofica.

Dal 2005 è attivo come docente nei corsi ECM del Ministero della Salute.

La prima domanda che mi piace rivolgere ad un uomo che in Weleda ha il compito di sviluppare medicinali è la seguente:

“Albert Schmidli, come è possibile sviluppare un buon medicamento antroposofico?”

Egli sorride e così mi risponde:

“Con dedizione ed amore, presumo, oltre ad una buona dose di esperienza e conoscenza: la conoscenza delle strette relazioni tese tra Uomo e Natura.”

L'ideazione di Echinadoron risale ad alcuni anni addietro, quando Weleda era impegnata a formulare un prodotto atto a sostenere le naturali capacità di difesa dell'organismo, primariamente durante i periodi di passaggio, quando è più soggetto a raffreddamenti o a forme influenzali. Furono analizzate diverse proposte, ma ben presto si individuò in un preparato a base di echinacea quel prodotto che doveva occupare il posto d'onore nel reparto “Ricerca e Sviluppo”.

Ricerca e sviluppo sono orientati al paziente

Per chi non è un addetto ai lavori è spesso difficile immaginarsi come questo lavoro funzioni concretamente. Albert Schmidli parla chiaramente: “Fondamentalmente c'è una strettissima collaborazione con la classe medica antroposofica. Questa è proprio un pilastro per il nostro lavoro di ricerca e sviluppo. I medici sono quotidianamente in contatto coi pazienti e conoscono i loro desideri e le loro preoccupazioni, nonché percepiscono quei bisogni che il pur vasto assortimento di prodotti Weleda non soddisfa ancora.”

Si estende sia internamente, sia esternamente una rete capillare di ricercatori e di strutture, su cui si appoggia tutto il lavoro di ricerca, costellato di farmacisti, chimici, direttori di produzione e del marketing, che definiscono tutte le particolari caratteristiche del prodotto. Nel caso di Echinadoron ci si trova di fronte ad un compito molto importante: il prodotto deve essere adatto anche ai bambini. Un'ulteriore collaborazione fu quella con la Sezione di Scienze naturali del Goetheanum (Dornach, CH). In questa sede un gruppo di ricerca si dedicò ad individuare la differente qualità ed efficacia di vari tipi di Echinacea. Il lavoro terminò con la scelta dell'Echinacea angustifolia, quale pianta destinata a caratterizzare il nuovo prodotto, in contrapposizione alla più soventemente utilizzata Echinacea purpurea.

Le composite agiscono sul sistema immunitario

Albert Schmidli è affascinato dal prodigio del "sistema immunitario". Egli dice: "Il sistema immunitario si inserisce in modo incredibilmente sottile nel mantenimento dell'identità fisica dell'organizzazione dell'essere umano. La domanda per me più importante era: Dove posso trovare nel mondo vegetale qualcosa di simile? Dove sono le piante che hanno questa spiccata capacità di organizzazione e differenziazione? Così mi sono ben presto imbattuto nell'echinacea."

L'echinacea appartiene alla famiglia delle composite (asteracee). Questa famiglia si distingue per i capolini composti da numerosissimi piccoli fiori. L'ammasso di fiorellini suggerisce una straordinaria concentrazione di forze, forze che permettono ai numerosissimi fiori di organizzarsi in una nuova forma unitaria e di concertare insieme il momento della fioritura. Contemporaneamente si assiste nel momento di massima fioritura ad una enorme vitalità. Questi processi e queste forze si ripercuotono anche a livello della pura sostanza.

Nella prevenzione delle malattie il sistema immunitario ha un duplice compito: da un lato, deve "riconoscere" gli agenti estranei che minacciano l'organismo: germi, batteri, virus, ecc., dall'altro, deve sopraffarli, "digerirli". Compie una prestazione tanto percettivo-ordinatrice, quanto metabolico-vitale (rafforzamento delle forze immunitarie e controllo di agenti estranei). Queste funzioni inoltre devono essere organizzate e regolate correttamente e possono essere sostenute e stimolate da alcuni rappresentanti della famiglia delle composite, accuratamente scelti.

Gli studi di Schmidli hanno inoltre mostrato, che fra le 15 piante più utilizzate nella immunostimolazione, ben nove

ASTERACEAE

Le Asterales si distinguono in 2 famiglie, da molti considerate 2 sottofamiglie dell'unica famiglia delle Compositae: Asteraceae e Cichoriaceae. Piante erbacee con foglie alterne, opposte o verticillate, semplici, spesso più o meno divise, senza stipole.

Infiorescenza a capolino costituita da molti piccoli fiori sessili, inseriti all'estremità di un peduncolo comune, contornata da un involucri di brattee o squame.

La caratteristica principale delle Asteraceae che le distingue nettamente dalle Cichoriaceae risiede nei capolini con soli fiori tubulosi o con fiori tubulosi al centro (disco) e ligulati alla periferia (raggi); quest'ultimi sono generalmente unisessuali o sterili. I fiori tubulosi sono, invece, del tutto assenti nelle Cichoriaceae. Il calice è supero con lembo formato da peli, da scaglie o da denti, talora è assente. Corolla, ora regolare, tubulosa o campanulata.

L'impollinazione è di norma entomogama e ciò spiega la presenza del capolino, anche la visita di un solo pronubo garantisce alla pianta la fecondazione di tutti i fiori che compongono l'infiorescenza.

Frutto (cipsela) è secco, indeiscente; seme eretto, con guscio membranoso.

Capolino di Echinacea angustifolia L.





Pastiglie all'echinacea, con calendula e camomilla, da sciogliere in bocca.

Indicazioni: la combinazione di echinacea, calendula, camomilla ed olio essenziale d'eucalipto, conferisce a queste pastiglie un effetto balsamico, la cui principale finalità è quella di aiutare l'organismo ad affrontare le insidie ed i rigori dell'inverno.

Consigli d'uso: sciogliere in bocca 1-2 pastiglie, 3 volte al giorno. Per ottimizzare gli effetti, Echinadoron dovrebbe essere assunto ad intervalli regolari. Si suggerisce una pausa di 10 giorni se l'assunzione è continuata da almeno 8 settimane.



Ingredienti per 100 g: lattosio monoidrato; saccarosio; Calendula officinalis L., Herba 10 g; Echinacea angustifolia DC, Planta tota 7,5 g; Matricaria recutita, Flos 1 g; addensante: gomma adragante; agente lubrificante: behenato di calcio; aroma: olio essenziale d'eucalipto.

Contenuti per dose giornaliera (6 pastiglie): Calendula officinalis L., Herba 600 mg; Echinacea angustifolia DC, Planta tota 450 mg; Matricaria recutita L., Flos 60 mg.

appartengono alla famiglia delle composite! Questo lo spinse a formulare la seguente domanda: "Come posso stimolare con una composizione di piante appartenenti alla famiglia delle composite i diversi livelli del sistema immunitario?"

Una composizione con calendula, echinacea angustifolia e camomilla

"Nello sviluppo del nuovo rimedio c'era sempre una domanda centrale, scegliere le piante, che si completassero e sostenessero con le loro qualità individuali e che grazie all'unione dei loro effetti producessero un tutt'uno armonico. Questo determinò una scelta molto attenta delle piante ed una ottimale taratura dei processi di lavorazione.

Con l'echinacea angustifolia si è voluto sostenere innanzitutto l'aspetto di percezione del sistema immunitario.

Dopo ricerche ed approfondimenti, fu scelta la calendula per costruire l'elemento organizzatore nella ricetta. Oltre all'azione di supporto sul sistema immunitario, la calendula è nota per il suo impiego come lenitivo, utile sulle ferite aperte e come riequilibrante.

La terza pianta, la camomilla vera, pure appartiene alla famiglia delle composite ed apporta il terzo principio fondamentale, quello cioè di sostenere il polo vitale anabolico-digestivo del nostro sistema immunitario. Pianta medicinale conosciuta ed apprezzata fin dai tempi più remoti anche per il suo impiego come lenitivo e antisettico.

"Dalle sinergie delle qualità di queste tre piante e dopo sei anni buoni di lavori, si è finalmente ottenuto l'Echinadoron", racconta Schmidli, e poi aggiunge: "Quando si lavora con piante fresche, si deve concentrare il grosso del lavoro nel periodo della raccolta, che generalmente è molto breve, e questo porta ad allungare di molto i tempi necessari per la ricerca. Infine c'era anche da considerare l'aspetto legato alla coltivazione biologica dell'Echinacea angustifolia, che era di per sé un'ulteriore sfida."

"Doron" significa "dono"

"Che cosa significa effettivamente la desinenza -doron presente nel nome di molti prodotti Weleda?", chiedo ad Albert Schmidli. "Doron significa dono, regalo. Visti in quest'ottica, i nostri prodotti rappresentano un "dono", che apportano uno stimolo all'organismo sofferente, affinché possa tornare allo stato di benessere. Questo sta ad indicare un fatto fondamentale nel rapporto con la guarigione. In altre parole, una guarigione profonda può essere ottenuta solo individual-

mente. Non c'è nessun medicamento che può sostituire completamente e totalmente questo lavoro: i medicinali possono solo stimolare o bloccare dei processi." Ed aggiunge: "Il principio patogenetico della lotta a certi germi ha senz'altro la sua importanza, in quanto ci sono situazioni di malattia in cui l'organismo sano è così indebolito che è proprio necessario bloccare immediatamente il procedere di una infezione, magari con antibiotici. Ma questo non è ancora un processo di guarigione; questo deve ancora cominciare."

"Come viene provata la qualità e l'efficacia del nuovo prodotto, una volta terminata la sua realizzazione?".

Schmidli: "Medici antroposofi conducono uno studio con pazienti volontari, raccogliendo su un questionario per valutazioni dettagliate, studio pienamente conforme anche sotto l'aspetto etico. Ho testato il preparato anche personalmente. Inoltre, per quanto riguarda il dosaggio, ci siamo attenuti esattamente ai valori sperimentali riportati in letteratura.

Anche il passaparola dei pazienti e dei medici è

stato molto positivo. In produzione, il primo anno, ci sbagliammo."

Schmidli non riesce a trattenere un sorriso e prosegue: "Ricevemmo un dato preventivo per la prima produzione, lo stimammo troppo scarso e raddoppiammo la quantità. Le nostre attese più rosee vennero però superate, avevamo presentato il prodotto alla fine di agosto ed all'inizio di ottobre era già in rottura di stock, e vi rimase fino all'anno successivo! In seguito quadruplicammo la produzione, che si assestò finalmente in modo corretto."

Echinacea angustifolia L.

Questa pianta appartiene alla medicina popolare degli Indiani dell'America settentrionale ed è nota in Europa soltanto da circa un secolo. Usata originariamente nella cura di ferite aperte, si è poi dimostrata particolarmente attiva in tutti i processi che possono seguire all'insorgere di ferite, quali complicazioni infiammatorie e febbrili. Si delimita così l'azione dell'echinacea rispetto alle indicazioni un po' diverse dei suoi parenti europei, come l'arnica e la calendula.

L'echinacea forma dei cespugli di una certa grandezza, ma non troppo vistosi, che nella sua terra d'origine sono frequenti in luoghi asciutti e caldi, ma che si sviluppano senza problemi anche su normali terreni da giardino, possibilmente ricchi di calcio. Il primo anno vede la formazione soltanto di una rosetta basale a

foglie strette, mentre sotto terra si sviluppa una robusta radice a fittone. Nel secondo anno, e in tutti gli anni successivi, si formano all'apice dei polloni a forma di rosetta, le gemme dei fiori, ogni gambo ne porta soltanto una; non sono raccolti in una gemma chiusa, ma sono aperti fin dall'inizio. Per un tempo piuttosto lungo si può osservare solo la crescita verso l'alto dei fiori con i lunghi fusti.

Questi portano delle foglie strette e pendule, solo fino a metà della loro lunghezza, la parte superiore è senza foglie e coperta da ruvida peluria. Sembrano cercare la verticale con una certa insicurezza, in quanto salgono in genere facendo un arco, talvolta piegandosi in più direzioni.

Durante questo periodo cresce anche il fiore; i fiori ligulati periferici si colorano gradualmente di una tonalità verde a toni rosa violetti e stanno inizialmente un po' radi e spettinati rivolti in su,

per arrivare poi con la fioritura della parte centrale a pendere flaccidi verso il basso. La base del fiore inizialmente piatta, un po' per volta si inarca, fino alla formazione di una specie di istrice spinoso, quasi sferico, internamente duro e lignificato.

Guardando l'echinacea è difficile parlare di un vero "fiorire"; inizialmente il fiore cresce verde e aperto come un organo vegetativo, poi, col colore dei fiori periferici un po' spenti, che restano spesso tinti di verde, e il loro pendere flaccido, sembra già sfiorita, anche se questa condizione si mantiene piuttosto a lungo. Un'attenta osservazione può insegnare come la padronanza con la quale l'echinacea governa i suoi processi vegetativi, sempre vicina al limite della formazione legnosa di organi duraturi, dia alla pianta la capacità di indirizzare un appello energetico alle forze formative, ordinatrici e plasmatrici dell'organismo malato.



per un **inverno** più **mite**

L'impegno Weleda per lenire naso secco ed attacchi di tosse

Rhinodoron®, spray nasale all'Aloe vera, pulisce e tratta le fosse nasali.

L'inverno è per eccellenza la stagione del fazzoletto! Non solo a causa dei repentini abbassamenti di temperatura che gelano i piedi, o del raffreddore che ci viene regalato dal collega di lavoro; le nostre case, troppo spesso, sono iperriscaldate.

Anche i più rispettosi osservanti delle norme igieniche si adagiano nel tepore domestico, regolando un po' troppo in su il termostato, che dovrebbe mantenere l'ambiente tra i 18-20°C.

Oltre questi valori, la quantità di umidità presente nell'aria, che è oltremodo necessaria al nostro organismo, diminuisce troppo, e ciò causa un'alterata funzionalità delle mucose, in particolare di quelle delle vie respiratorie. Ma poi non c'è solo l'ambiente domestico, ci sono anche gli uffici, le auto, i grandi magazzini ed i mezzi pubblici!

Insomma, i vantaggi del progresso nascondono sempre piccole insidie. Ecco che l'aria troppo secca crea crostosi disagi! Beati quei bambini che dimenticando gli educativi "questo non si fa, questo non è educato", si liberano abilmente del fastidio grazie all'agilità dei loro ditini!

Rispettiamo, quindi, le temperature consigliate e manteniamo il giusto grado di umidità.

Allo scopo è molto diffuso l'impiego di umidificatori, e ve ne sono di svariati tipi e modelli, dai più semplici e rudimentali, quale per es. l'asciugamano bagnato appeso vicino al radiatore, ai più sofisticati, dotati di controlli elettronici.

Ma, lontani da casa, non ci resta che bere molto ed umettare la mucosa delle fosse nasali con delle semplicissime aspersioni di acqua salina.

A questo scopo Weleda ha realizzato **Rhinodoron®**, un dispositivo medico, economico, pratico, semplice nell'uso e, soprattutto, igienico, comodo da nascondere nella borsetta o nella tasca della giacca e, all'occorrenza, pronto da impiegare.

Rhinodoron® contiene gel di Aloe vera in soluzione fisiologica, cioè in un liquido la cui concentrazione di sale è uguale a quella fisiologica, che si riscontra cioè nei liquidi dell'organismo umano.

Rhinodoron® assicura una delicata e naturale azione idratante ed emolliente sulle mucose, rendendo in questo modo facile la relativa pulizia delle fosse nasali.

Perché naso secco?

Naso secco e disidratato, mucosa irritata con formazione di croste, sono sintomi tipici dei tempi in cui viviamo.

Le cause possono essere:

- ambienti eccessivamente riscaldati o climatizzati:
in casa, in ufficio, in aereo;
- aria inquinata;
- giornate ventose;
- eccesso di cloro nell'acqua;
- mancanza di movimento;
- difficoltosa aerazione dei seni nasali dopo malattie croniche (riniti, sinusiti);
- deviazione del setto nasale;
- polipi o raffreddore non completamente risolto;
- fumo attivo o passivo e consumo di alcol.

Cos'è un dispositivo medico?

Dispositivi medici e farmaci hanno in comune il fatto di essere adatti a diagnosticare, prevenire, alleviare e guarire malattie.

La differenza fondamentale è nel principio d'azione: il medicinale raggiunge il suo scopo per via farmacologica, il dispositivo medico per via prevalentemente fisica.

Umettare e detergere la mucosa nasale è un processo fisiologico.

Rhinodoron® è prodotto e confezionato nel reparto dei prodotti sterili, nel rispetto delle norme vigenti che regolano la buona fabbricazione dei farmaci omeopatici.



Melato di Licheni

Sciroppo con miele e licheni

(Cetraria, Cladonia, Usnea, Lobaria)

È un integratore alimentare a base di miele ed estratti acquosi ed idroalcolici di diversi licheni, di nota tradizione d'uso, per ottimizzare e migliorare, soprattutto nei periodi freddi, la funzionalità delle prime vie aeree e per lenire il fastidio causato dagli attacchi di tosse.

Consigli d'uso: da fi ad 1 cucchiaino da tè (2,5-5 ml), sciolto preferibilmente in una bevanda calda, da 3 a 5 volte al giorno.



Terme in casa

Rinfrescanti e tonificanti, oltre che distensivi e armonizzanti

I principali ingredienti dei bagni Weleda sono gli oli essenziali. Per evitare che si volatilizzino troppo rapidamente, si consiglia di versare il prodotto nell'acqua solo dopo aver riempito la vasca.



Un bagno caldo Weleda è sempre un toccasana per l'inverno.

Il **Bagno alleviante all'Ippocastano** dona sollievo in caso di spossatezza e sensazione di pesantezza alle gambe. • Dopo sforzi fisici o dopo parecchie ore trascorse in piedi, potete allontanare la stanchezza facendo un bagno o un pediluvio.

Il **Bagno tonificante al Rosmarino** stimola e risveglia i sensi. Reintegra le forze vitali quando ci si sente spossati, senza energia e stanchi. • Prima del bagno massaggiatevi con la spazzola o con la luffa. Dopo il bagno frizionate bene tutto il corpo con un asciugamano.

Col suo intenso profumo di conifere, il **Bagno balsamico all'Abete** aiuta a liberare il respiro. Grazie alle sue spiccate proprietà balsamiche, è particolarmente indicato durante la stagione fredda. • Per un'azione ancora più intensa, bagnate un piccolo asciugamano immergendolo nell'acqua e posatelo sul viso. Respirate profondamente e sentirete l'effetto liberatore.

Il **Bagno lenitivo alla Lavanda** è particolarmente indicato dopo una giornata di stress e tensioni psicofisiche. • Alla fine di una giornata frenetica concedetevi un momento di armonia e relax; preparate nella vostra camera da bagno un'atmosfera accogliente, magari accendendo qualche candela e ascoltando una musica rilassante. Immergetevi e percepite il profumo della lavanda in fiore.

La **Crema per il Bagno alla Rosa selvatica** accarezza la pelle con i suoi preziosi oli di semi di rosa mosqueta, di jojoba e d'oliva, che nutrono ed idratano in profondità. • Lasciatevi abbracciare dal profumo dei petali di rosa per ritrovare equilibrio e serenità.

Il **Bagno rinfrescante al Limone** con la sua fragranza fresca e fruttata, è una sferzata di vitalità che dà nuovo slancio specialmente dopo l'attività sportiva.



Salutogenesi in gravidanza

L'impegno nei confronti del mantenimento e del recupero della salute può essere sostenuto in termini di dialogo e confronto sul tema della salutogenesi. Questo tema è diventato riferimento in diversi ambiti sanitari, quando "operatori di settore" si dimostrano sensibili a questo approccio alla qualità della vita.

I tentativi di approccio medico e le ricerche in campo sanitario che si orientano in questo senso sono molteplici così che si possono individuare punti di forza comuni, nonostante i diversi orientamenti di supporto terapeutico.

Weleda si propone di seguire costantemente ciò che è in nascere e sviluppo anche con percorsi diversificati nel campo della salute. L'ambito dell'ostetricia è particolarmente fertile di proposte pratiche sia in Italia sia all'estero.

A questo proposito proponiamo due brevi interventi provenienti da esperienze di tipo diverso, che speriamo siano l'inizio di un confronto sempre aperto.

Verena Schmid

Ostetrica, Direttrice della Scuola Elementare di Arte Ostetrica di Firenze e della rivista D&D il giornale delle ostetriche.

Nella salutogenesi alberga il concetto che la salute non sia una condizione data oppure assente, bensì un processo dinamico da conquistare, mantenere, perdere e ritrovare.

Un concetto che Trasferisce l'attuale proiezione negativa sulla gravidanza e sul parto, intesi come rischio e potenziale malattia, su una proiezione positiva di potenziale salute.

* Tratto da:
"La salutogenesi o la promozione della fisiologia in gravidanza",
testo integrale su
www.lostetricainforma.it

Il parto salutogenetico esprime la possibilità che il parto possa svolgersi in salute, che generi salute, che possa portare un miglioramento nella vita della donna. L'adozione di questo concetto potrebbe portare a un punto di svolta nella rincorsa sempre maggiore a sempre più tecnologia, riportarci alla base, all'essenza della nascita.

La salute si crea

Che cos'è la salute? Se ci distaccassimo dalle definizioni ufficiali del concetto di salute, per guardarlo dal punto di vista fisiologico, cioè da come funziona il nostro corpo, ne risulterebbe una nuova interpretazione.

La fisiologia ci insegna che il corpo tende sempre alla sopravvivenza e al benessere (in modo ritmico, non statico), anche quando si ammala.

I sintomi di malessere non sono altro che segnali che invitano la persona a cambiare e migliorare l'adattamento a determinate situazioni. I sistemi di adattamento (steady state, attacco e fuga, adattamento primale) sono geneticamente programmati per conservare la vita, per reagire alle situazioni aggressive, provenienti sia dall'interno (batteri, virus, ferite ecc.), sia dall'esterno (ambiente, persone), e sono quindi anche i mediatori fisiologici tra ambiente interno e esterno. In base a questo concetto non possiamo quindi più considerare una donna senza considerarne anche l'ambiente e la qualità delle azioni di noi ostetriche, che per lei diventano "ambiente".

Fisicamente i sistemi di adattamento lavorano sull'asse ipotalamo-surrenale attraverso ACTH (ormone adrenocorticotropo), catecolamine e il sistema nervoso simpatico. Dal punto di vista comportamentale si esprimono attraverso il movimento attivo e le reazioni istintive (non ragionate).

Quest'ultimo punto è importante da capire e ci porterà ad ulteriori considerazioni. Un ulteriore sguardo alla fisiologia ci rivela che tutti i sistemi fisiologici funzionano in modo complementare in una dinamica tra protagonista e antagonista, in un ritmo tra due polarità opposte e in costante comunicazione tra loro. Il ritmo base si muove tra contrazione ed espansione (battito cardiaco, respirazione, sistema nervoso neurovegetativo, adrenalina e endorfine e altri gruppi di ormoni ecc.). I neurotrasmettitori scorrono attraverso tutto il corpo e tra madre e bambino, in un costante scambio ed elaborazione di informazioni.

Costituiscono il linguaggio intelligente della comunicazione interna del nostro corpo. Tutti i sistemi fisiologici sono collegati.



Laura Borghi e Michaela Glöckler
**Salute, malattia
e salutogenesi.**
Milano 2004
Weleda Italia

La possibilità dell'uomo di ammalarsi si accompagna alla possibilità di superare la malattia con la guarigione, ma anche all'evenienza, oggi frequente, di convivere con situazioni croniche, cioè che durano nel tempo, le quali non impediscono un'attiva vita familiare, professionale e sociale, che ne condizionano però le modalità.

La scelta della qualità dell'intervento terapeutico è determinata dall'immagine che abbiamo dell'uomo, per quanto riguarda lo stato di salute e di malattia.

Questo documento porta al lettore attento il tema della salutogenesi, sviluppato in modo autonomo ma sequenziale dagli autori, medici pratici della medicina ad orientamento antroposofico: Laura Borghi, Segretario del Gruppo Medico Antroposofico Italiano e Michaela Glöckler, Presidente della Sezione di Medicina del Goetheanum (Dornach, CH). È possibile scaricare una copia gratuita del documento collegandosi al nostro sito:

www.weleda.it

Riassumendo possiamo codificare la salute in termini di movimento attivo, reattività, ritmicità, dinamica tra polarità opposte, relazione e comunicazione.

Con quali mezzi si crea la salute?

Ci sono tre livelli di azione:

- il corpo, il suo funzionamento fisiologico e la fisiologia come risorsa primaria, endogena,
- il mondo emozionale e relazionale della donna,
- l'ambiente attorno alla donna e il suo stile di vita.

I pilastri della salute in gravidanza, in base alla fisiologia applicata, sono i seguenti:

1. Una buona dinamica e comunicazione del sistema ormonale: la produzione ormonale è strettamente legata alle emozioni ed agli istinti.

Un lavoro relazionale tra ostetrica e donna che dia spazio all'espressione delle emozioni insieme ad un ambiente caldo e protetto che permetta l'emergere dell'istintualità, sono i principali strumenti per facilitare l'armonia endocrina.

2. Una buona dinamica e comunicazione del sistema neurovegetativo: il sistema simpatico e parasimpatico lavorano in sintonia e in alternanza (es. giorno-notte), in condizione di salute, sono in equilibrio.

L'eccesso dell'attività simpatica crea distress, l'eccesso dell'attività parasimpatica crea passività e mancanza di contenimento. In gravidanza tuttavia, ai fini della salute si crea una leggera prevalenza dell'attività parasimpatica, stimolata dagli ormoni, perché la donna si trova in un processo di espansione e l'espansione deve prevalere sulla contrazione. Strumenti operativi per favorire l'armonia del sistema neurovegetativo sono il lavoro sui ritmi comportamentali, sullo stile di vita e il contenimento.

È importante che la donna impari ad alternare ritmi attivi a ritmi passivi/recettivi e ad approfondire la sua capacità al rilassamento e che la società glielo permetta. L'attività parasimpatica può essere stimolata anche attraverso il massaggio, il canto o altre attività creative. Il parasimpatico è chiamato anche il guaritore interiore.

Il contenimento permette di fermarsi.

3. Una buona dinamica e comunicazione fetoplacentare (tra mamma e bambino). Lo scambio feto-materno è fondamentale per la salute del bambino che cresce. Nel cordone ombelicale c'è un'altissima concentrazione di ormoni e neurotrasmettitori, un sistema di comunicazione che informa costantemente la madre sullo stato del bambino e il bambino su quello della madre. Quando una donna è in contatto col proprio corpo e in ascolto, quando non è in distress (condizione che inibisce la percezione), può sapere sempre - a livello istintivo - come sta il suo bambino. Mettendosi in una comunicazione sensoriale (attraverso i 5 sensi), verbale ed emozionale con il suo bambino, può migliorarne le condizioni. Esiste anche qualche evidenza scientifica a proposito. Enkin cita la possibilità di stimolare un bambino con tracciato piatto attraverso la voce materna per produrre un aumento della reattività del bcf (Effective care in pregnancy and childbirth, Oxford press 2000). La cura della relazione madre-bambino è lo strumento principale per il benessere fetale.
4. Una buona dinamica e comunicazione tra donna e ambiente umano e fisico: la capacità relazionale nasce nella vita prenatale e perinatale. Il sistema relazionale della donna ci parla della sua esperienza. La gravidanza rappresenta un'opportunità per la donna di incrementare la propria capacità relazionale, purché sia sostenuta dall'ambiente. Senza sostegno ambientale tutto il processo

riproduttivo entra in crisi e, a volte, si può trasformare da un processo creativo in un processo distruttivo. I corsi in gravidanza e figure di supporto professionali e non professionali ne sono lo strumento.

Ci sono fondamentalmente due contesti per la salutogenesi: i corsi in gravidanza (possibilmente fin dall'inizio) e gli incontri individuali tra ostetrica e donna.

Nei corsi il lavoro può essere finalizzato al movimento attivo, alla reattività attraverso il lavoro sulla scelta e il processo decisionale, alla ritmicità, alternando i ritmi di lavoro tra concentrazione ed espressione, alla dinamica tra polarità opposte e alla relazione nel gruppo, tra la coppia e con il bambino.

Negli incontri individuali l'ostetrica attua una valutazione circolare e globale: valuta i segnali del corpo, individua innanzitutto i segni di salute in base ai pilastri elencati, le risorse. Valuta i ritmi comportamentali e l'ambiente, valuta il processo emozionale. In questo modo riesce a collocare l'eventuale sintomo di disturbo, capirne l'origine e la portata, confrontarlo con le risorse disponibili e la capacità di adattamento della donna e individuare il piano di intervento primario e le risorse proprie della donna.

Conclusione

La salutogenesi nasce dalle risorse endogene della donna, da una sua soggettiva e attiva partecipazione alla salutogenesi stessa, dalla percezione diretta dell'eventuale pericolo reale. L'istinto né è risorsa primaria. La razionalità può disturbare, interrompere il processo di salute.

Ma la salutogenesi nasce anche dalla conoscenza dei processi fisiologici e dalla capacità di osservarne le funzioni nel corpo, nelle espressioni e nel comportamento (fisiologia applicata).

L'OMS, nei 10 principi per l'assistenza prenatale invita a un'assistenza olistica e cen-

trata sulla famiglia, a coinvolgere attivamente la donna e a rispettarla.

La base per accompagnare la gravidanza fisiologica è la fiducia nelle risorse biologiche, nel processo riproduttivo e nella partecipazione soggettiva della donna stessa. Come risorsa primaria si colloca l'alleanza con le leggi della fisiologia e con quelle, più in generale, della natura.

Lo strumento, lo spazio privilegiato per praticare la salutogenesi è la casa maternità extraospedaliera, gestita da ostetriche in quanto operatrici di 1° livello e specialiste della fisiologia. Questo nuovo spazio, ancora da creare può dare l'avvio a un esperimento di ostetricia totalmente nuova, con criteri totalmente diversi, basati sulla fisiologia e sulle risorse endogene delle donne.

In questa direzione si muove il progetto della Scuola Elementare di Arte Ostetrica di Firenze, in cooperazione con le case maternità europee.

Riferimenti bibliografici

- AA. VV., *Accompagnare la gravidanza*, D&D, il giornale delle ostetriche n. 35, Centro Studi il Marsupio ed., 2001.
- Chalmers B, Mangiaterra V., *Appropriate perinatal technology: a World Health Organisation perspective* Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada, vol 23, n. 7, July 2001, pp. 574-575.
- Duff E., *Normal birth: commonplace, according to rule or well - adjusted?*, Midwifery Digest, vol 1°, n. 3, sep 2002.
- Enkin et al., *A guide to effective care in pregnancy and childbirth*, Oxford press 2000.
- Frohlich J., *Salutogenesi, MIDIRS, Midwifery Digest*, vol. 12, n. 2, June 2002, p. 151.
- Nathanielsz P., *Un tempo per nascere*, Boringhieri 1995.
- Nathanielsz P., *Life in the womb, the origin of Health and Disease*, Prometheus Press, N.Y. 1999.
- OMS, *Care in normal birth: a practical guide*, 1996.
- Rockenschaub A, *Gebaeren ohne Aberglauben*, Verein Freier Hebammen, Wien 1998.
- Schmid V., *I sistemi fisiologici di adattamento e le risorse endogene*, D&D, il

- giornale delle ostetriche n. 29 pp. 45-51, Centro Studi il Marsupio ed.
- Schmid V. Linee guida per l'assistenza al parto fisiologico a domicilio e nelle case maternità, Centro studi Il Marsupio ed., Firenze 1997.
- Schmid V, I canali biologici e genetici dell'attaccamento madre-bambino, D&D, il giornale delle ostetriche n. 17 pp. 21-26, Centro Studi il Marsupio ed.
- Schmid V., Venire al mondo e dare alla luce, Apogeo ed. gruppo Feltrinelli Milano 2005.
-

Laura Borghi

Medico antroposofa

Prendere in considerazione la gravidanza e le prime fasi della vita secondo il principio salutogenetico pone le fondamenta per la cura della salute dell'essere umano, anche nelle successive fasi della vita, fino all'età più avanzata. In questo particolare ambito di cura dell'essere umano in formazione, sono evidenziabili i diversi tentativi per un approccio adatto alla qualità umana e che ne rispetti le peculiarità.

La ricerca onesta e l'esperienza pratica portano all'osservazione di motivi validi e a considerazioni appropriate in campo ostetrico, se pur alcuni temi siano ulteriormente da approfondire quando si voglia discernere tra un orientamento meccanicistico della medicina e un approccio che cerchi di tener conto dell'essere umano in toto. Così, per esempio, in gravidanza troviamo un fisiologico diminuire del ferro nel sangue (anemia fisiologica) e un relativo innalzamento del contenuto di rame, cosa che si rispecchia in una maggiore ricettività adatta all'organismo materno durante la gestazione. Ciò corrisponde a una situazione fisiologica e psichica di maggiore apertura durante questo periodo della vita della donna.

La dinamica tra le polarità si realizza nel ritmo: ritmo tra cuore e respiro, ma anche ritmo di sonno e veglia, ritmo dei pasti, adeguato movimento attivo e riposo.

L'atteggiamento di ascolto dotato di sentimento si realizza tramite le attività sensoriali, che la medicina antroposofica riconosce andare oltre i noti sensi riconosciuti dalla fisiologia. Esso porta a risposte equilibrate, frutto di una capacità di discernimento che può essere acquisita dalla donna che si prepara ad essere madre. Oggi abbiamo oltrepassato la possibilità della tradizione e viviamo in un mondo in cui spesso è la razionalità a prevalere. È nella ricerca di equilibrio tra razionalità e istinto che si può realizzare la condizione del sano sentimento, che fa percepire le necessità del binomio mamma-bambino, organismo femminile-materno e organismo embrionale-fetale. Sentimento che di volta in volta sceglie come recuperare quell'equilibrio fisiologico ed emotivo-spirituale che può essere solo dinamico e non dato preconfezionato.

Così si può operare nel periodo dell'attesa per un'adeguata consapevolezza verso la responsabilità che, come futuri genitori, ci si impegna ad assumere nei confronti delle prime fasi della vita umana.

Ci proponiamo di sviluppare ulteriormente temi solo toccati brevemente di ritmo, equilibrio tra tendenze opposte e polari, ascolto, nei confronti della cura dell'organismo materno durante la gravidanza. È infatti un impegno attivo che può supplire a quel sano sentire proveniente come per istinto da una tradizione ormai tramontata, mentre, d'altra parte, una medicina tecnicistica non trova ancora il ponte tra le componenti umane fisica e spirituale. L'ostetrica, accanto alle altre figure professionali e non, può svolgere un ruolo importante ed innovativo nel percorso che accompagna verso nuove culle.

Mentha Piperita L.

Descrizione botanica

Appartiene alla famiglia delle labiate. È alta 30-60 cm, ha rizoma legnoso, ramificato, dal quale si dipartono numerosi stoloni; ha scapo eretto, tetragono, rossiccio, foglie opposte, brevemente picciolate, ovato oblunghie, acute, seghettate, pubescenti e con numerose glandole sulla pagina inferiore. I fiori sono piccoli, con calice porporescente e corolla violetta o tendente al bianco, riuniti in infiorescenze terminali a spicastro cilindrico, tendente al capolino. Produce pochi acheni con semi praticamente sterili.

Coltivazione

La menta cresce in condizioni climatiche diversissime, predilige tuttavia stazioni collinari (± 600 m s.l.m.) con primavere fresche ed umide ed estati calde ed asciutte. Il fotoperiodo (le lunghe giornate estive) favorisce la produzione e la composizione dell'olio essenziale. I terreni più favorevoli sono profondi, sciolti, ricchi, freschi, senza ristagni d'acqua. L'humus accresce le rese in erba ed in essenza, ma un eccesso ne deprime la qualità. La preparazione del terreno deve essere accurata, eseguita per tempo, per garantire sofficità e nettezza da infestanti. La menta è molto esigente, predilige i compost ricchi di paglie, residui vegetali, e/o cenere di legna. La moltiplicazione si attua facilmente per via agamica. 50 mq di mento possono produrre una quantità di stoloni sufficienti per l'impianto di ca. 1.000 mq di coltura. Questi vengono impiantati in autunno o in primavera. La densità d'impianto (ca.

30 piante/mq) deve essere tale da evitare la ramificazione degli steli che causerebbe un ritardo nella maturazione dell'olio. Si consiglia l'irrigazione per infiltrazione, quella a pioggia, infatti, fa diminuire la produzione di olio, favorendone la perdita per volatilizzazione.

Per mantenere un terreno sano dai vari patogeni è necessario che vengano rispettate le più elementari norme di rotazione delle colture: si consiglia quindi di non mantenere la menta nella medesima parcella per più di 1 anno (max. 3) e di alternare per almeno un settennio la parcella con altre colture prima di reimpiantarla.

Preparati 500 e 501

Al momento dell'impianto è consigliabile l'irrorazione del preparato biodinamico 500 (cornoletame), ed ancora, in primavera, con impianto avvenuto in autunno, è consigliabile ripetere l'irrorazione accompagnata da una leggera epicultura. Questa cura, che non danneggia stoloni e ricacci, disturberà invece moltissimo l'insorgere e l'affrancamento delle infestanti; ossigenando il terreno disturberà anche l'insorgere di molti parassiti fungini, che altrimenti troverebbero condizioni favorevoli al loro sviluppo.

L'uso del preparato biodinamico 501 (cornosilice), oltre ad un'azione di controllo e di difesa dai patogeni (si rammenti la ben nota azione del silicio in agricoltura), sembrerebbe favorire la fioritura della pianta. L'uso di questo preparato è quindi tanto necessario, quanto delicato: così come stimola la pianta a fiorire, sembra favorire anche la formazione

di olio essenziale ed anche la trasformazione del mentone in mentolo.

Il tempo di raccolta varia a seconda della destinazione del prodotto. Per la distillazione si falcia 2 volte, in pre-fioritura a luglio ed alla fine dell'estate. La resa in olio essenziale è ca. 25-30 ql. Per l'erboristeria (cimette e foglie monde) si operano, a seconda dell'andamento stagionale, dai 3 ai 5 sfalci, fino a settembre, per un totale di ca. 10ql/1.000 mq di coltura, corrispondenti a ca. 2 ql di foglie essiccate; in questo caso i tagli si operano quando la pianta è alta ca. 35-40 cm, non durante la fioritura.

Essiccamento

Per la distillazione si usa la biomassa fresca.

Per l'erboristeria il materiale fresco, appena tagliato, deve essere immediatamente trasferito nel locale attrezzato per l'essiccamento. Se si opera nel modo tradizionale, la menta deve essere distesa in strato sottile e soffice, rivoltandola periodicamente con molta delicatezza; rimane così finché le foglioline non siano ben secche e friabili; il tutto viene quindi trasferito in scatole di cartone o cassette di legno in attesa della destinazione definitiva. Si tenga presente che uno sfalcio di ca. 100 mq di menta necessita di almeno 35 mq di superficie utile per l'essiccamento tradizionale; se non si disponesse di spazio sufficiente, piuttosto non si tagli!

In caso di essiccamento artificiale, non si devono superare i 30°C di temperatura, per evitare perdite di olio essenziale.



POSTA@RISPOSTA

Moltiplicare la voce di lettori e clienti

Ci scrive:

C.D. di S. Nicolò d'Arciano

(lug. 2006):

Spettabile Weleda,

Vi ringrazio per avermi inviato il vostro Notiziario che, tra l'altro, trovo molto interessante... e che spero di ricevere anche in futuro. Ho 24 anni e ho provato tanti tipi di creme, consigliatemi dall'erborista per attenuare le smagliature, ma ho sempre ottenuto pochi risultati!

Così mi sono rivolta al mio farmacista che mi ha proposto il vostro prodotto Olio Vitalizzante alla Rosa Mosqueta e noto che, già dopo poche settimane di applicazione, la pelle risulta molto più levigata e le smagliature si sono notevolmente attenuate. Non pretendo che scompaiano completamente, ma sono sicura che, continuando ad applicare l'olio, ci saranno altri miglioramenti.

Quindi sono veramente soddisfatta! Vi ringrazio e saluto cordialmente.

L.V. di Pontedera (PI)

(gen. 2006):

In riferimento all'Olio cellulite alla Betulla:

Questo prodotto è ottimo, mi sono trovata molto bene, potete fare confezioni spray?

Cara Signora, ci riempie di soddisfazione il fatto che non solo abbia provato il nostro Olio, ma che abbia avuto anche la gentilezza di comunicarci il Suo apprezzamento.

Weleda, nel campo del naturale, è molto attiva nella ricerca. Una ricerca dove il punto d'arrivo è sempre il benessere dell'essere umano in quanto tale, e lo dimo-

stra anche l'ampia gamma di prodotti medicinali che sostengono le prescrizioni di molti medici antroposofi ed omeopati.

Certo! Potrebbe anche essere possibile realizzare nei prossimi tempi una pompetta spray adatta alla consistenza ed alla viscosità dell'Olio cellulite alla Betulla, per rendere più veloce l'applicazione.

Ma quale è poi il vantaggio se non vogliamo rinunciare a quel momento intimo e speciale che Lei impiega per prendersi cura di sé, applicando con movimenti semplici e spontanei, il prodotto sui punti interessati?

Oltre alla speciale formulazione del prodotto, è anche questo agire "dall'esterno" che aiuta a controllare e migliorare il problema della cellulite che affianca e sostiene l'intervento "dall'interno" dello Sciroppo o del Decotto alla Betulla.

Gentile Signora,

in riferimento alla Sua email del 25 maggio c.a., ci scusiamo innanzitutto che la risposta, da lei ricevuta a sua tempo, non fu suf-

ficientemente esauriente o conforme, come lei accenna, al livello di qualità che Weleda propone con i suoi prodotti.

Nello specifico, vorremmo precisare che il prodotto in questione: il componente da lei citato, il *Sodium Lauryl Sulfate (SLS)*, non è presente nei nostri shampoo! È invece presente il *Sodium Laureth Sulfate (SLES)*, che risulta essere nettamente differente per tolleranza, tossicità e, quindi, dermocompatibilità.

Ricordando che sul nostro sito www.weleda.it sono facilmente accessibili molte altre informazioni, La ringraziamo e salutiamo cordialmente.

Redazione Weleda

**Prodotti
medicinali
omeopatici ed
antroposofici**



SLES
Sodium laureth
sulfate

Ottenuto dalla lavorazione dell'olio di cocco viene utilizzato negli shampoo Weleda per la sua piacevole azione detergente e delicata schiumosità. La quantità utilizzata è tale da non pregiudicare l'estrema dermocompatibilità e tollerabilità del prodotto.

SLS
Sodium lauryl
sulfate

Fortissimo tensioattivo e detergente impiegato per usi industriali, nonché in shampoo, dentifrici, creme, saponi da barba. Può irritare la pelle ed il prolungato contatto con la sostanza può causare dermatiti ed altri problemi di varia gravità.

Piccoli frutti dalle proprietà dissetanti

Sciroppo ai 4 frutti WELEDA



Questo sciroppo Weleda, a base di succo di piccoli frutti, ribes nero (19,2%), mirtillo rosso (6,4%), prugnolo (6,4%) e sorbo (6,4%), stimola in modo naturale le funzioni digestive dell'organismo. Una composizione semplice, che sviluppa un delicato aroma fruttato. Contiene zucchero di canna di qualità biologica. Diluito in acqua è molto dissetante, aggiunto allo yoghurt o ad un muesli, diventa un gradito dessert.



Desidero ricevere gratuitamente il **Notiziario WELEDA**

Utilizzare questo tagliando per comunicare nuovi abbonamenti o variazioni (i vecchi abbonati continueranno a ricevere il Notiziario), compilare in stampatello e firmare

Nuovo abbonamento:

Variazioni:

Cognome: Nome:

Indirizzo: N.

Cap.: Città: Pr.:

Telefono: Fax:

Desidero ricevere, all'indirizzo di posta elettronica che qui vi segnalo, altre informazioni che riterrete interessanti su corsi, convegni, prodotti, eventi, iniziative varie, ecc.

eMail:

Rispedire per posta o tramite fax a
WELEDA Italia Srl, via del Ticino, 6 - 20153 Milano
Fax 02 400 70 379

Ai sensi del D.lgs 196/03, testo unico sulla Privacy, La informiamo che i dati personali da Lei forniti con il presente coupon verranno trattati con strumenti informatici e potranno essere utilizzati da Weleda Italia Srl al fine di sottoporre alla Sua attenzione informazioni commerciali, nonché l'invio del Notiziario Weleda. Tali dati non saranno comunicati o diffusi a terzi. Ai sensi dell'art.7, Lei potrà in qualsiasi momento, e gratuitamente, consultare, modificare o cancellare i dati, o semplicemente opporsi al loro utilizzo scrivendo, o inviando un fax, a:

Weleda Italia Srl - via del Ticino, 6 - 20153 Milano - Fax: 02 40 07 03 79.

La firma del presente modulo equivale a manifestazione del consenso al trattamento dei dati personali sopra descritti.

Data

Firma:

Not.86/06

CASA
DI SALUTE
RAPHAEL

Con medicinali, omeopatici, antroposofici, integratori e prodotti per l'igiene della persona, Weleda è presente in questo centro di terapie e cure antroposofiche.

Inserita in un contesto di rara bellezza, non lontano dal Lago di Levico, la Casa di Salute Raphael è

altresì luogo di riferimento per corsi e convegni di rilevanza nazionale ed internazionale.

Casa di Salute Raphael • Piazza De Giovanni, n. 4 • 38050 Roncegno (Tn) • Tel. 0461 772000 • fax: 0461 764500 • www.casaraphael.com • eMail: mail.info@casaraphael.com

In caso di mancata consegna si prega di inviare al CMP Roserio per la restituzione al mittente
che si impegna a pagare il diritto fisso dovuto



WELEDA

In accordo
con uomo e natura

Weleda Italia S.r.l.

Via del Ticino, 6 - 20153 Milano

Tel. +39 02 487 70 51 - Fax +39 02 400 70 379

info@weleda.it • www.weleda.it