

natural 1[®]

Fitoterapia, Cosmetica, Nutraceutica - Mensile di informazione scientifica € 7,90

RICERCA

**Economia circolare:
non solo geometrie**

MONOGRAFIA

Plectranthus amboinicus

RUBRICHE

Alimentazione ragionata

Proteine e sport

Scheda pianta

Morus alba

RISORSE MARINE

**Evoluzione storica
della thalassoterapia**

STORIA E SCIENZA

Il Giardino di Shakespeare

ORTI BOTANICI

**Il Giardino di Flora
Appenninica di Capracotta**

www.natural1.it

edizioni
GV[®]

Giugno 2018 ANNO XVIII - N° 173

IN LIBRERIA

a cura di Camilla Corradi

BUFALE COSMETICHE

Andrea Fratter
132 pagine
2016, Aracne editrice

Come scritto nella prefazione di questo volume edito da Aracne, tanto divertente quanto scientificamente rigoroso: "Cosa sappiamo davvero dei preparati che ogni giorno applichiamo quasi in modo automatico e spesso incurante sulla nostra pelle? Siamo davvero certi che le promesse contornate di messaggi suadenti e parole croccanti sottendono una reale efficacia o anche solo una congrua protezione per la nostra pelle? Che cosa c'è di vero o di quasi vero dietro i messaggi spesso enfatici e oltremodo ammiccanti che catturano i nostri occhi, i nostri sogni e i nostri soldi?".

La cosmesi è un tratto evolutivo e caratteristico della specie umana, che accompagna la storia dell'uomo sin dai primordi della società. Si è infatti sviluppata in diverse etnie e differenziata per strati socio-economici in tutto il mondo ed è diventata una

necessità, o come fa presagire Andrea Fratter "una dipendenza" trasversale che colpisce poveri e ricchi, donne e uomini, giovani e meno giovani. In questo contesto, tale opera, sintetica, precisa e geniale al contempo - come scrive Arrigo Cicero - si pone come un manifesto rivolto a produttori e consumatori, per una rivoluzione consapevole di un mercato quantitativamente mostruoso, che coinvolge la grande distribuzione, profumerie, centri estetici e farmacie. Il saggio analizza con senso critico le principali formulazioni cosmetiche alla luce della loro composizione chimica e non manca di fornire anche conoscenze basilari e fondamentali riguardanti l'organo più esteso del nostro corpo, la pelle, e i principi della dermocosmetica. L'autore Andrea Fratter - che da oltre 15 anni si occupa di ricerca e innovazione tecnologica in ambito cosmetico e nutraceutico presso note aziende italiane di settore, docente universitario nonché autore di numerose pubblicazioni scientifiche e di oltre 10 brevetti italiani e internazionali nell'ambito della tecnologia farmaceutica - con piglio ironico, un po' irriverente, ma soprattutto sempre rigorosamente scientifico e distaccato, attraverso questo volume si propone di smascherare le "bufale cosmetiche" che si celano dietro i messaggi accattivanti diffusi dalle aziende del settore cosmetico, rivelando verità certe sulle più diffuse "credenze cosmetiche" per fare finalmente chiarezza sui falsi miti cosmetici.



CANAPA REVOLUTION. TUTTO QUELLO CHE C'È DA SAPERE SULLA CANNABIS

Chiara Spadaro
127 pagine
Altraeconomia
1 Edizione 2018

Un libro attualissimo che illustra tutte le virtù e i segreti di *Cannabis sativa*: una pianta "rivoluzionaria", ecologica, terapeutica. Non solo per i suoi principi attivi, ma per la duttilità dei suoi impieghi in campo medico, alimentare, tessile, biodeile. "Canapa Revolution", edito da Altraeconomia, tratta di Cannabis superando i tabù culturali che hanno ostacolato la coltivazione e la diffusione di questa preziosa pianta. La canapa è stata infatti una coltura che per un lungo periodo è stata eclissata, vittima di una pervicace demonizzazione da parte di petrolieri e benpensanti, che la vedevano come una minaccia, rispettivamente per i loro profitti e alla morale pubblica. Nel primo caso perché rappresenta un'alternativa ai prodotti derivati dal petrolio, nel secondo per gli effetti psicotropi del suo principio attivo, il THC.

La Cannabis è invece una risorsa straordinaria: è una pianta che cresce senza chimica, combatte il climate change - è in grado di sequestrare più CO₂ di un bosco - e depura i terreni; i principi attivi contenuti nelle sue infiorescenze possono lenire il dolore di gravi malattie e contribuire a curarne altre; la sua fibra si trasforma in tessuti sani,



resistenti e sostenibili; i suoi semi e il suo olio sono ingredienti e alimenti tra i più ricchi di proteine e nutrienti; è un materiale perfetto per costruire una casa in bioedilizia; può sostituire in modo efficace ed ecologico il cotone e molti tra i derivati del petrolio. Oggi finalmente assistiamo a un suo vero e proprio "rinascimento": la canapa è tornata a sventare nei campi di tutto il mondo, anche in Italia. L'autrice Chiara Spadaro, giornalista ambientale e antropologa, con questo libro fornisce dunque testimonianza della rivincita di una pianta negletta e straordinaria dal punto di vista botanico, scientifico e produttivo. Da ogni parte della pianta di Cannabis infatti si ricavano materie prime utili a un impiego diverso: dai semi oleosi, veri e propri super-alimenti ricchi di sostanze ad azione antiossidante e acidi grassi della serie Omega-3 e Omega-6, all'ecologica e resistente fibra tessile, fino alle applicazioni in bioedilizia della parte interna dello stelo, quella più legnosa. Insomma, verrebbe da dire che si è finalmente trovato, o meglio riscoperto, un vero e proprio "oro verde"!

Z
O
O
M