



Buongiorno a tutti,

mentre vi scrivo in Italia i contagi da Covid 19 stanno aumentando giorno dopo giorno e negli ospedali i pronto soccorsi ed il personale sanitario sono messi a dura prova.

La ricerca scientifica ha dimostrato che si possono prevenire le infezioni aumentando le nostre difese immunitarie attraverso uno stile di vita sano, una dieta equilibrata, una adeguata attività fisica all'aria aperta, combattendo lo stress.

Il precedente lockdown e quello attuale hanno generato un clima di preoccupazione costringendo tutti a vivere chiusi in casa rinunciando al nostro stile di vita e molti hanno perso il controllo dell'abituale regime alimentare. Non si fa più attività fisica e si è facilmente preda di nervosismo, ansia, paura, noia che si combatte mangiando più del solito, tendendo a consumare pasti molto abbondanti, ricchi di carboidrati complessi e spesso assumendo bevande alcoliche, con incremento del tessuto adiposo.

Ciò comporta uno squilibrio della propria alimentazione con tendenza verso alimenti che generano infiammazione. E sappiamo che proprio l'infiammazione spiana la strada verso le malattie, così come l'infezione da Coronavirus.

Noi del Centro Medico Dimagrimento Maurice Mességué siamo pronti ad accogliere nella nostra oasi di salute e benessere nel cuore di San Marino, un luogo sicuro in cui vivere un soggiorno in pieno relax sia fisico che psicologico, lontano dalle preoccupazioni di questo periodo.

Infatti da 30 anni pratichiamo la dieta naturale e promuoviamo un corretto stile di vita salutare, fatto di attenzione all'alimentazione ed al benessere fisico e psicologico, condizioni fondamentali per mantenere l'efficienza del proprio sistema immunitario e difendere così la propria salute.

La lunga esperienza e vocazione alla salute e benessere del CMM ha agevolato la conversione dell'intera struttura alle nuove norme anti Covid; Lo status di Covid Safe Hotel si è raggiunto grazie alla stretta collaborazione tra lo staff medico interno all'hotel, e l'Istituto Sicurezza Sociale di San Marino: ciò ha permesso di mettere a punto una serie di protocolli che consentono di garantire agli ospiti un soggiorno tranquillo.

In ottemperanza alle disposizioni Sammarinesi ed Italiane abbiamo istituito la figura del Covid Manager e definito un protocollo le cui misure si concentrano sull'accoglienza in sicurezza (i clienti all'arrivo possono essere sottoposti al test IgG/ IgM anticorpale rapido ed in caso di positività, al tampone per l'analisi molecolare).



La tutela della salute degli ospiti e del personale, ampi spazi a disposizione degli ospiti che potranno soggiornare in ambienti puliti e sanificati più volte nella giornata, oltre che ad un rigoroso mantenimento del distanziamento interpersonale.

Mettiamo a disposizione degli ospiti vari trattamenti che aiutano a rinforzare il sistema immunitario: trattamenti detossinanti come quello di eliminazione dei metalli pesanti, oppure particolari impacchi con alghe ed argille, oltre che attraverso lo specifico protocollo AWT che prevede la sinergia tra onde vibratorie ed acustiche per ottenere il drenaggio linfatico delle tossine, la riduzione dello stress ossidativo, l'abbassamento del livello di cortisolo ed il raggiungimento di uno stato di benessere, serenità e tranquillità.

Inoltre il team medico propone protocolli nutraceutici per rinforzare le difese immunitarie oltre che offrire un supporto psicologico per insegnare a gestire le ansie e fragilità emerse durante la pandemia.

Recentemente in virtù di un accordo con LIPINUTRAGEN, azienda nata come spin-off del Consiglio Nazionale delle Ricerche di Bologna, abbiamo la possibilità presso il nostro centro attraverso un semplice prelievo di sangue dal dito, di analizzare lo stato molecolare di una persona attraverso lo studio della composizione della membrana delle cellule dei globuli rossi (analisi lipidomica di membrana cellulare). L'analisi lipidomica studia i lipidi, molecole meglio conosciute come "grassi", portando una forte innovazione nell'ambito della medicina molecolare per determinare lo stato metabolico-nutrizionale del soggetto, e dare un valore aggiunto alla strategia per il mantenimento del benessere ottenuto con i nostri trattamenti.

**Con l'analisi lipidomica vi insegneremo come utilizzare la dieta come prevenzione primaria all'infezione virale, come rinforzare l'organismo e diminuire lo stato infiammatorio e potenziare il sistema immunitario, affinché l'alimentazione ed i grassi assunti possano avere un ruolo fondamentale per fornire alle nostre cellule la possibilità di combattere anziché collaborare alla replicazione e diffusione virale.**

Dr. Marco Scala - Direttore Sanitario





**CENTRO MEDICO MAURICE MESSÉGUÉ – SALUS ET PULCHRITUDO SA**

Via Maccioni, 37 - 47890 Repubblica di San Marino – RSM

 +378.0549.992274\_ (Alt. Int. Code +39)\_  [info@centromessegue.com](mailto:info@centromessegue.com) - [www.centromessegue.com](http://www.centromessegue.com)