



IL DISCO

Dancing sulle note dell'amore

Il nuovo singolo del famosissimo dj francese David Guetta porta il suo stesso nome. E si preannuncia il "tormentone" dell'estate. «Niente di più probabile: in questo brano, il desiderio di non lasciare la persona amata, di soddisfare tutti i suoi bisogni affettivi viene raccontato con note allegre e trascinanti nel vortice del ballo», commenta il dj Stefano Piccirillo.

Ascolta Starbene su radio Kiss Kiss

ogni sabato, dalle 15, in *Kiss Kiss Weekend* con Stefano Piccirillo.

DOMANDE E RISPOSTE

Quali sono gli integratori antiartrosi sicuri?



RISPONDE IL NOSTRO ESPERTO
Prof. Marco Lanzetta direttore del Centro nazionale artrosi di Monza

Negli ultimi mesi numerosi dibattiti hanno messo sotto accusa gli integratori alimentari per l'artrosi. Va precisato che l'allarme riguarda la glucosamina e la coindroitina solfato, due sostanze che, oltre ad avere diversi effetti collaterali, sono di derivazione animale, quindi altamente esposte al rischio contaminazione, e sono state identificate non come integratori, ma come farmaci. Inoltre, diverse ricerche ne hanno dimostrato un'efficacia ridotta nel trattamento dell'artrosi tanto che la *Arthritis Foundation* americana non ne consiglia l'utilizzo. Per questa

patologia degenerativa, che causa un'inflammatione della cartilagine delle articolazioni, nel nostro Centro utilizziamo integratori alimentari naturali, certificati e testati che, oltre ad avere spesso un'efficacia equiparabile ai farmaci di sintesi, difficilmente hanno effetti collaterali. In particolare, con le nostre ricerche abbiamo evidenziato gli effetti benefici degli acidi boswellici, che hanno un'azione antinfiammatoria e inibiscono gli enzimi che favoriscono il danneggiamento delle cartilagini; della curcumina, che contrasta i radicali liberi responsabili dello stress ossidativo e ha proprietà antiossidanti e antinfiammatorie; dello zenzero, che contribuisce a contrastare lo stato di infiammazione articolare; e della salicina, che svolge un'attività antinfiammatoria e riduce gli indolenzimenti e i fastidi delle articolazioni.

TENDENZE

Le sneaker sono sempre più fashion

Il mondo del fitness sposa quello delle sfilate: i grandi brand sportivi lanciano modelli frutto della collaborazione con grandi firme della moda. Ecco 5 modelli che stanno andando a ruba. G. A.

ADIDAS - MISSONI

La tecnologia tedesca e l'iconico stile italiano si fondono alla perfezione nelle **adidas x Missoni Ultraboost** (250 €, adidas.com; missoni.com)



PUMA - LAGERFELD

I pois e la suola di 4 cm rendono trendy le sneakers **Roma Armor** firmate **Puma x Karl Lagerfeld** (da 130 €, puma.com; karl.com).