

SHARING MEDIA™

Quotidiano Digitale | Reg. Trib. di Roma nro. 106/2021 del 09/06/2021 | Dir. Resp.: Viola Lala

Editore: SHARING MEDIA SRL - ROC 36886 - REA RM-1640967 - P. IVA IT-16193971005

Testata periodica telematica internazionale di attualità, politica, cultura ed economia

ISP: BT Italia S.p.A. - Via Tucidide 56 - 20134 Milano - Aut. DGSCER/1/FP/68284

Al via la nuova casa editrice Sharing Media Srl

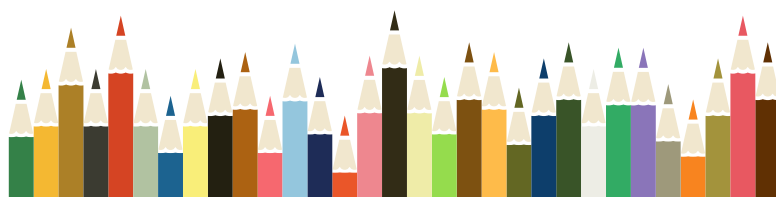
In questi mesi incerti, in una fase ancora complessa per il nostro Paese, nasce **Sharing Media Srl**, startup innovativa specializzata nell'edizione di libri e di testate periodiche online ed offline. La nuova casa editrice ha scelto di non specializzarsi in un solo genere ma di pubblicare titoli che spaziano dalla narrativa alla formazione, dai libri per bambini ai saggi. E poi ancora letteratura, sociologia, psicologia, libri per concorsi, thriller, avventura, gialli, romanzo rosa, turismo, enogastronomia, diari di viaggio, libri per ragazzi young adult. La società reclama una sua identità antropocentrica all'interno del sistema economico, in cui la vendita non trascinerà il pensiero.



Covid: più difese in vacanza con pieno di vitamina D e sonno

Le ferie di quest'anno potrebbero essere l'occasione da sfruttare per potenziare il sistema immunitario e renderlo più efficiente contro il virus Sars-Cov-2 anche grazie all'azione di alcuni ormoni "amici dell'estate". A spiegarlo sono gli esperti della Sie, la Società italiana di endocrinologia, in occasione del 41° Congresso nazionale che si terrà a Roma dal 14 al 17 luglio.

Almeno 30 minuti al giorno di esposizione al sole in modo corretto, bastano infatti per ricaricarsi della giusta dose di vitamina D, un ormone che modula in positivo la risposta immunitaria.



SHARING MEDIA

Sviluppo sostenibile

Ecco un segnale innovativo nel mercato dell'editoria: nasce **Sharing Media**, una piccola ma ambiziosa casa editrice che ha scelto di non specializzarsi in un solo genere e pubblicare titoli che spaziano dalla narrativa alla formazione, dai libri per bambini ai saggi. Al vertice una giovane imprenditrice, **Viola Lala**, che da sempre predilige aree culturali poco conosciute.

«*Mettersi in gioco in un periodo in cui nessuno consiglierebbe di farlo? È così che nascono le idee migliori*» sottolinea **Viola Lala**, la giovane imprenditrice che al fronte della nuova iniziativa editoriale.

L'obiettivo è quello di realizzare **120 pubblicazioni** annue, facendo una particolare attenzione all'**ambiente**, promuovendo e sostenendo **progetti di riforestazione** in diverse parti del mondo e proponendosi di aiutare a combattere il **cambiamento climatico**, la desertificazione e la povertà.

Il piano d'impresa prevede alta sensibilità allo sviluppo sostenibile e l'adozione di modelli di business orientati all'**innovazione sociale**, intesa come produzione di beni e servizi che creano nuove relazioni, valorizzano il **patrimonio culturale** e promuovono l'**educazione**.

Lo stesso succede regalandosi almeno 8 ore di sonno a notte, eventualmente aiutandosi con la melatonina che si sta valutando come possibile “ormone anti-Covid-19”.

Anche staccare dal lavoro e concedersi il meritato relax abbassa i livelli di cortisolo, l'ormone dello stress, rinforzando le difese immunitarie; esercitarsi per 30 minuti, infine, comporta la produzione di miochine, rilasciate dal muscolo che migliorano il metabolismo, riducono l'infiammazione e aiutano a restare in salute. Ma attenzione agli integratori: sono utili se c'è carenza e sotto controllo dello specialista.

«Oltre alla nota azione benefica sull'osso, la vitamina D può agire anche in numerosi altri organi del corpo umano e nel miglioramento delle difese immunitarie» spiega Francesco Giorgino, presidente Sie.

«La vitamina D —aggiunge Annamaria Colao, presidente eletto della stessa società— è importante per regolare il funzionamento del sistema immunitario e impedire le reazioni esagerate che portano alla tempesta citochinica infiammatoria che le evidenze cliniche annoverano fra i principali responsabili dell'aggravarsi della malattia di Covid-19».

Le vacanze estive devono essere una buona occasione per staccare la spina e ridurre la quantità in circolo di cortisolo.

