

one health

UN SOLO PIANETA, UNA SOLA SALUTE



STARE MEGLIO E PREVENIRE LE MALATTIE
CON UN APPROCCIO GLOBALE ALLA SALUTE:
UMANA E AMBIENTALE

Stare in salute e salvaguardare l'ambiente prevengono le malattie



La difficile esperienza della pandemia del virus Covid-19, non ancora conclusa e sempre insidiosa, ha mostrato nel modo più evidente il forte legame tra comportamenti umani e tutela dell'ecosistema in cui tutti viviamo.

È importante ricordare che ognuno di noi, nel suo lavoro come in famiglia, può compiere scelte che pongono in positiva relazione il benessere personale, quello della collettività e la salute del pianeta.

È quanto ci ricorda, con la sua autorevolezza scientifica, una realtà come l'Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri, diretto dal Prof. Giuseppe Remuzzi.

Proprio con la loro collaborazione, abbiamo già realizzato come azienda Valtellina due fascicoli dedicati specificatamente a conoscere Covid-19, combatterlo e prevenirlo. La loro competenza medico-scientifica si è unita alla nostra capacità di diffondere lo strumento, che abbiamo donato prima di tutto ai nostri dipendenti e collaboratori. Ora completiamo questa piccola, ma utile collana editoriale, con un fascicolo che prende in considerazione proprio il fatto che le malattie si possono contrastare più efficacemente con un approccio globale al benessere: umano e ambientale.

Gianpietro Valtellina

Presidente Valtellina SpA

La salute è una sola, e non è solo quella dell'uomo.



Pensavamo – noi umani – di essere al centro dell'universo e chissà che non ci sia qualcuno che lo pensa ancora. E invece no. **Siamo solo un pezzettino di natura con un cervello che pensa.** E ora c'è un'espressione – one health – che è diventata uno slogan; ormai la usano tutti, qualche volta a proposito, qualche volta no. Ma cosa vuol dire davvero?

Che la salute è una sola, e non è solo quella dell'uomo. L'uomo non è al centro dell'universo, partecipa insieme a tutte le creature che abitano la terra e i mari – inclusi gli insetti, le piante, i crostacei – al benessere collettivo, ma ciascuno, inclusi i batteri, è importante per la vita di ciascun altro. E allora **occuparsi della nostra salute non basta più, ci si deve occupare della salute e del benessere di tutti gli altri se davvero vogliamo star bene noi, oggi e per gli anni a venire.**

Partiamo, tanto per fare un esempio, dalle malattie infettive: come colpiscono noi, colpiscono gli animali e persino gli animali selvatici. Il virus SARS-CoV-2, che ci ha toccati tutti da vicino, non ha avuto alcuna attenzione per la nostra specie, per lui e per tanti altri virus del genere, uno vale l'altro, il cammello vale il pangolino e lo zibetto si infetta proprio come il professore

di filosofia. È un dramma, l'abbiamo visto, ma possibile che anche le cose peggiori non possano portare qualcosa di buono? Forse sì, **il coronavirus potrebbe essere l'occasione perché si riesca ad arrivare a una medicina diversa, fatta di medici, infermieri, di chi lavora in laboratorio, certamente, ma anche di matematici, ingegneri, veterinari, agronomi e più in generale esperti della salute degli animali, degli insetti, delle piante.**

Qualcosa del genere si sta già facendo ma si dovrà certamente fare di più. L'epidemia di Covid-19 dovrebbe quantomeno far ripensare ai rapporti fra uomo e natura, e fra uomo e animali selvatici poiché, se non avremo maggiore attenzione all'ecosistema e al microambiente e finché metteremo sempre gli interessi della nostra specie al centro di tutto, le epidemie non si fermeranno.

E oggi il progredire di questi comportamenti sciagurati ha fatto sì che piano piano ci stiamo avvicinando all'estinzione, quasi senza accorgercene. Dal 1970 a oggi c'è già stato un declino del 60% di mammiferi, uccelli, pesci e rettili sulla terra. Toccherà anche all'uomo? Difficile dirlo, di certo non ci siamo resi conto di questa come di altre grandi catastrofi – che stiamo perdendo le foreste pluviali dell'Amazzonia, per esempio – lente (ma nemmeno tanto, se paragonate alla storia dell'evoluzione dei mammiferi, durata 65 milioni di anni) e inesorabili. Siamo in 8 miliardi qui sulla Terra, compresi i 3 miliardi che non si nutrono adeguatamente - troppo, troppo poco o male - e produrre cibo per così tante persone aumenta la temperatura globale, compromette la biodiversità, inquina e consuma suolo e acqua più di quanto la terra e i mari possano sopportare.

E non basta: "Il deterioramento dell'ambiente o della società colpisce in modo speciale i più deboli del pianeta - scrive Papa Francesco nell'Enciclica Laudato si' – e i Paesi che hanno tratto beneficio da un alto livello di industrializzazione, a costo di un'enorme emissione di gas serra, hanno maggiore responsabilità di contribuire alla soluzione dei problemi che hanno causato".

Questo messaggio è per tutti ed è tanto più vero quando pensiamo che **nutrirsi in modo appropriato può avere un effetto visibile sulla prevenzione delle malattie, sulla salute dell'uomo e di conseguenza sulla salute del pianeta.**

Giuseppe Remuzzi

Direttore Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri



Cosa ci ha ricordato Covid-19?

Il Covid-19 ci ha ricordato (e insegnato!) che bisogna essere sempre pronti e uniti per trovare insieme le giuste soluzioni. È per questo che l'integrazione tra chi opera nel mondo medico, in quello veterinario ed in quello ambientale costituisce un requisito essenziale per prevenire l'avvento di zoonosi (malattie trasmesse dall'animale all'uomo) nuove o riemergenti come, ad esempio, l'influenza aviaria H5N1, la tubercolosi o la West Nile disease, ma anche quello di malattie legate al consumo di alimenti o all'inquinamento ambientale. **Il concetto di One Health – una Sola Salute – è un approccio secondo cui la**

salute globale del pianeta va considerata al pari di quella dei singoli individui, perché la salute umana, la salute animale e la salute dell'ambiente sono legate indissolubilmente.

One Health è nato nel 2019 per rispondere ai problemi di sanità pubblica e alle minacce derivanti

dagli effetti della globalizzazione e del cambiamento climatico e interpreta i bisogni di tutti secondo il modello "un solo Pianeta, una sola salute". Attraverso l'elaborazione di una vera e propria strategia a protezione della salute pubblica, della sostenibilità delle produzioni e della tutela

ambientale, si propone di trovare rimedi e soluzioni, ad esempio, alla diffusione di gravi malattie infettive tra uomo e uomo e tra uomo e animali zoonosi. Il concetto si è subito esteso fino a comprendere anche l'ambiente dal momento che le persone, l'ambiente e l'economia sono tutti parte dello stesso sistema. Le persone, infatti, non possono vivere bene se l'ambiente e l'economia attraversano periodi non buoni. One Health è un vero e proprio modello sanitario che offre strumenti per risolvere problemi di salute pubblica che interessano diverse aree (medicina, veterinaria, ambiente, economia, sociologia etc.), attraverso collaborazioni interdisciplinari.



La salute del Pianeta e dell'Uomo dipende dalle nostre scelte.

Ogni attività umana ha un impatto sull'ambiente. Basti pensare che l'acqua del delta del Po ha iniziato a diluirsi con l'acqua di mare, diventando salata e inquinando l'ultimo tratto del fiume a scapito delle piantagioni. Anche la laguna di Venezia sta diventando sempre più salata, e sempre più povera di nutrienti, con grave sofferenza degli allevamenti di cozze e vongole. Per cercare di mitigare

le conseguenze è importante seguire le indicazioni delle istituzioni, ma possiamo anche agire nel nostro piccolo. Come? Adottando dei comportamenti virtuosi intervenendo, ad esempio, sui consumi quotidiani, da quello dell'energia in casa a quello dei mezzi di trasporto usati, sul modo di alimentarci, sulle nostre scelte d'acquisto e più in generale sul rispetto dell'ambiente che ci circonda.

Cosa può fare ognuno di noi?

- 1 **Ridimensionare l'utilizzo della plastica**
- 2 **Limitare il consumo di acqua**
- 3 **Diminuire le emissioni di gas serra scegliendo uno stile di vita sostenibile**
- 4 **Prediligere prodotti igienici e cosmetici più "green"**
- 5 **Scegliere un'alimentazione sostenibile**
- 6 **Smettere di fumare per sé stessi e per l'ambiente**



1 Ridimensionare l'utilizzo della plastica

Negli ultimi 70 anni abbiamo assistito ad un aumento esponenziale della produzione di plastica e alla conseguente crescita dei rifiuti derivanti da questo materiale, che si degrada molto lentamente, tanto che l'accumulo raggiungerà i 12 miliardi di tonnellate entro il 2050. Buona parte dei materiali di plastica non vengono smaltiti correttamente finendo nell'ambiente. Tutte le plastiche, da quelle derivate da imballaggi di scarto alle confezioni di alcuni alimenti come le bustine di tè sintetiche, fino alle plastiche utilizzate per la produzione di pneumatici, si degradano,

sviluppando particelle microscopiche (microplastiche o nanoplastiche), invisibili ad occhio nudo. Questi materiali si accumulano negli oceani, nel suolo, persino nell'atmosfera, raggiungendo anche zone apparentemente incontaminate del nostro pianeta a causa del vento. La loro presenza è stata rilevata anche nel sale e in alcune specie di animali destinati al consumo, in particolare pesci, molluschi e pollame. Tutti siamo quindi destinati inconsapevolmente a consumare le micro e nanoplastiche, con conseguenze sulla nostra salute.

Studi di laboratorio hanno dimostrato che le microplastiche possono attraversare le barriere biologiche, accumulandosi nell'intestino e modificando la composizione della flora intestinale. Questo accumulo negli organi o nei tessuti può causare effetti tossici e favorire l'insorgenza di alcune patologie. Per limitare l'impatto della plastica sono richiesti sforzi congiunti ai singoli cittadini, alle autorità politiche-regolatorie e al mondo produttivo. Cosa possiamo fare noi?

- **ridurre l'uso di bottiglie di plastica, utilizzando**

borracce o bottiglie in vetro da riempire con l'acqua del rubinetto;

- **preferire l'utilizzo di cannuce, bicchieri e piatti compostabili, fatti di materiali biodegradabili come bamboo o carta;**
- **scegliere borse della spesa in tela, più resistenti rispetto a quelle biodegradabili;**
- **preferire l'uso di detersivi "alla spina" o il refill, utilizzando sempre lo stesso contenitore;**
- **acquistare cibo sfuso e non preconfezionato;**
- **preferire i contenitori di vetro.**



2 Limitare il consumo di acqua

La causa dell'emergenza idrica che ha interessato il nostro Paese durante l'estate del 2022 non è da ricondursi in maniera diretta al riscaldamento globale, come molti pensano, ma piuttosto ai cambiamenti climatici che ne derivano, ormai sempre più estremi e frequenti. Osservando l'andamento medio annuale dal 1901 ad oggi, si nota una diminuzione significativa delle piogge in Italia.

Ad essere cambiato, però, non è la quantità d'acqua caduta ma il periodo dell'anno: infatti, è piovuto più in autunno che in inverno, portando ad una minore presenza di neve e quindi ad un minor accumulo di acqua.

Inoltre, è cambiata anche la qualità delle precipitazioni: piogge brevi ma violente, che non consentono la conservazione dell'acqua ma

portano piuttosto all'erosione degli strati superficiali di suolo. Il risultato di tutto questo è dunque la siccità: pochissima acqua disponibile e l'intero Paese in sofferenza, da Nord a Sud.

Cosa fare allora per correre ai ripari? Innanzitutto, possiamo prendere esempio dai Paesi più aridi del pianeta, dove la vita è da sempre dipesa dalla disponibilità dell'acqua.

In Italia sprechiamo 104.000 litri di acqua al secondo, cioè ben 9 miliardi di litri al giorno.

Quello che ognuno di noi può fare è preferire la doccia al bagno, chiudere il rubinetto mentre ci si lava i denti, oppure utilizzare gli elettrodomestici solo a pieno carico. Fare attenzione alle perdite e lavare frutta e verdura dentro ad un contenitore. Impariamo a considerare l'acqua un bene prezioso, da non sprecare, prima che sia davvero troppo tardi.



3 Diminuire le emissioni di gas serra scegliendo uno stile di vita sostenibile

I mezzi a motore, a partire dagli autobus, sono una delle cause principali di emissioni di CO₂.

Prediligere mezzi di trasporto come la bicicletta, ad esempio, aiuterebbe a diminuire di gran lunga le emissioni di anidride carbonica.

Inoltre, andare in bici offre diversi benefici: fa bene al cuore, mantenendo in salute il sistema cardiovascolare; aumenta la forza muscolare e la flessibilità; riduce lo stress, l'ansia e la depressione; migliora la postura e la coordinazione; fa bruciare il grasso corporeo. Quando però non è possibile viaggiare su due ruote o è necessario ricorrere ad altri mezzi di trasporto a causa delle distanze troppo grandi, **potremmo pensare al car pooling.** Condividere l'automobile con altre persone che fanno lo stesso tragitto, oppure preferire i mezzi pubblici, è uno dei modi per ridurre le emissioni di CO₂ di ciascuna

auto utilizzata. Per diminuire l'inquinamento e, più in generale, le emissioni di gas serra possiamo anche promuovere il verde a scapito della cementificazione.

Cecil Konijnendijk Van De Bosch, insegnante di Silvicultura urbana a Vancouver, ha proposto la Regola del 3, 30, 300: ogni cittadino dovrebbe vedere 3 alberi dalla finestra di casa, dovrebbe vivere in un'area che abbia il 30% di alberi/verde e dovrebbe avere uno spazio verde a 300 metri dalla propria abitazione. Altro nuovo concetto urbano è quello della **"città dei 15 minuti"**: secondo questo modello urbanistico eco-sostenibile, una persona dovrebbe trovare **entro 15 minuti di cammino da casa sua tutto quello di cui necessita, dal negozio, alla scuola, al posto di lavoro etc.** Tutto questo si tramuterebbe in minor energia di consumo, e quindi in minor emissione di gas serra.



4 Prediligere prodotti igienici e cosmetici più "green"

Tutti applichiamo sul nostro corpo una grande quantità di prodotti cosmetici come detersivi, creme, shampoo, schiume da barba, che impattano sull'ambiente durante il loro ciclo di vita. Come possiamo porre rimedio? Una possibilità per rendere i prodotti più green e più sostenibili è sicuramente adottare la filosofia **dell'upcycling**, che prevede l'utilizzo di ingredienti di riciclo all'interno della formulazione cosmetica. Una delle massime espressioni dell'upcycling nella cosmesi prevede l'utilizzo degli scarti dell'industria alimentare: componenti destinate ad essere smaltite diventano preziose materie prime da utilizzare in modo sicuro all'interno di un cosmetico. Un'altra possibilità è intervenire sulla produzione e sullo **smaltimento del packaging, che rappresenta il 90% dell'impronta ecologica di un prodotto** cosmetico. Una

soluzione molto efficiente dal punto di vista della sostenibilità è rappresentata ancora dalla possibilità di ricaricare il contenitore (refill), oppure scegliere l'ecodesign, che prevede di ridurre l'uso di specifici materiali utilizzati per gli imballaggi oppure di scegliere imballaggi più idonei al riciclo tramite raccolta differenziata. Infine, è necessario considerare anche l'impatto che un cosmetico ha dopo il suo utilizzo: nonostante la produzione del prodotto possa avere un basso impatto ambientale, è possibile infatti che i residui abbiano effetti tossici sull'uomo e sull'ambiente a cui arrivano attraverso il sistema idrico.



5 Scegliere un'alimentazione sostenibile

Un'alimentazione sostenibile è quella che predilige il consumo di un cibo sano, con un basso impatto ambientale, e cioè che preveda un uso moderato di risorse idriche, basse emissioni di carbonio e azoto, e che sia attento alla biodiversità e all'ecosistema.

Un cibo sostenibile è quello locale, tradizionale e accessibile a tutti.

Molte specie selvatiche rischiano l'estinzione a causa della sbagliata gestione dell'agricoltura, dell'allevamento e della pesca. Nonostante i notevoli avanzamenti dell'agricoltura degli ultimi anni, infatti, gli attuali sistemi di produzione continuano ancora ad essere poco sostenibili. Bisognerebbe, dunque, prediligere un'alimentazione a base vegetale piuttosto che animale, come spesso

è oggi. L'allevamento del bestiame rappresenta ancora una fetta troppo grande della produzione agricola mondiale, a scapito delle foreste, abbattute per creare nuovi pascoli.

Allevamenti intensivi, invece, minano la disponibilità di risorse idriche, soprattutto in zone già particolarmente aride, e aumentano l'inquinamento ambientale, mediante i rifiuti degli animali, gli antibiotici e tutti i fertilizzanti utilizzati per le colture destinate alla produzione dei mangimi.

C'è un altro aspetto importante: oggi, oltre un terzo del cibo prodotto viene drammaticamente sprecato, e insieme ad esso, vengono sprecate anche le risorse, come l'acqua e la terra, necessarie alla produzione.

LE BUONE ABITUDINI PER AIUTARE L'AMBIENTE

- 1 Acquistare prodotti freschi e locali, per sostenere la filiera corta e l'economia locale, e così ridurre le emissioni di anidride carbonica del trasporto
- 2 Mangiare frutta e verdura di stagione, caratterizzate da un minore impatto ambientale
- 3 Ridurre il consumo di carne, prediligendo le proteine vegetali come quelle presenti nei legumi
- 4 Mangiare pesce pescato di piccola taglia come le acciughe, lo sgombro, l'aringa, oppure pesce selvatico come il salmone rosa, oppure cozze, vongole e ostriche
- 5 Ridurre gli sprechi di cibo, ponendo attenzione alla data di scadenza al momento dell'acquisto, oppure riutilizzando gli avanzi



6 Smettere di fumare per sé stessi e per l'ambiente

Il fumo di sigaretta, il secondo più potente fattore di rischio per la salute dell'uomo dopo l'ipertensione arteriosa, causa ogni anno almeno 8 milioni di morti per malattie respiratorie, cardiovascolari e tumori. In questa triste classifica, l'inquinamento ambientale e le polveri sottili si classificano al sesto posto tra i fattori di rischio per la salute umana, causando in tutto il mondo fino a 6.7 milioni di morti all'anno per le stesse cause del fumo di sigaretta. Si può dire, quindi, che l'inquinamento ambientale è un fattore di rischio cardiovascolare più debole del fumo: per esempio, una sigaretta inquina quattro volte di più rispetto al motore di un camion o di un autobus acceso per lo stesso tempo in cui questa viene fumata. Il fumo e l'inquinamento dell'ambiente hanno meccanismi biologici comuni che li rendono fattori di rischio di morbilità e

mortalità soprattutto se collegati a malattie cardiovascolari e a decessi causati da alterazioni gravi del ritmo cardiaco (o aritmie). Quando si parla di fumo, si fa riferimento sia al fumo attivo, quello inalato dal fumatore, che al fumo passivo, quello inalato involontariamente dalle persone che si trovano vicine a uno o più fumatori "attivi". Il fumo passivo è considerato la prima causa di inquinamento degli ambienti chiusi, mentre quello attivo è una delle cause maggiori di malattie cardiovascolari peggiorate dalla presenza di coaguli nel sangue. Quando, invece, si parla di inquinamento ambientale si fa riferimento alle polveri sottili, ovvero pulviscolo così fine e leggero da rimanere facilmente sospeso in aria e quindi respirato. Nel 2000 sono emerse forti evidenze sul ruolo dell'inquinamento dell'aria ambientale come fattore di rischio di morbilità



e mortalità cardiovascolare. L'aumento del rischio per la salute umana è determinato soprattutto da queste particelle minuscole: il diametro è inferiore a 2.5 micrometri (PM2.5) e per questo ormai è considerato il più nocivo inquinante dell'aria ambientale. Le più importanti fonti di polveri sottili e, quindi, di inquinamento dell'aria ambientale sono il traffico di veicoli a motore alimentati da combustibili fossili e l'uso sia di combustibili fossili che di biomasse per il riscaldamento degli ambienti domestici e pubblici. Durante la pandemia di Covid-19, le restrizioni imposte dai governi hanno provocato una diminuzione negli spostamenti e, di conseguenza, una riduzione del traffico di veicoli. Purtroppo,

si sono registrati danni molto importanti all'economia mondiale ma, per la prima volta da molti anni, i paesi colpiti dall'epidemia e dalle relative restrizioni hanno potuto godere di nuovo di cieli azzurri e notti stellate. Purtroppo, dopo il ritorno alla normalità, le emissioni di inquinanti hanno ripreso a crescere vertiginosamente, ragion per cui questo effetto temporaneo non ha potuto mitigare a lungo termine le conseguenze dell'inquinamento su mortalità e morbilità. La pandemia ha quindi sottolineato non solo tutto quello di cui l'inquinamento ci priva, ma anche la necessità di sostenere ogni misura collettiva per migliorare la qualità dell'aria.

L'impegno dell'Istituto Mario Negri con l'Italian Institute for Planetary Health

IMN
ISTITUTO DI RICERCHE
FARMACOLOGICHE
MARIO NEGRI - IRCCS

IPH
Italian
Institute for
Planetary
Health

L'Istituto Mario Negri, in collaborazione con l'Università Cattolica del Sacro Cuore, ha fondato nel 2019 IIPH - Italian Institute for Planetary Health. Il consorzio vede anche la partecipazione di VIHTALI Srl, uno spin-off universitario.

La promozione della salute umana non può essere scissa dalla tutela della salute del pianeta su cui viviamo. IIPH nasce poi anche dagli input ricevuti dalla EAT-Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems, che nel 2019 ha proposto il concetto di una dieta universale che sia tanto salubre per gli umani quanto sostenibile per il pianeta. Questa dieta dovrebbe essere implementata promuovendo una grande trasformazione alimentare a livello globale, seppur nel rispetto delle diverse peculiarità

territoriali e culturali. L'Istituto, dal respiro internazionale, ha come obiettivo la salvaguardia della salute dell'uomo, mantenendo in buona salute anche il nostro Pianeta. Nasce con il desiderio di diventare un centro di riferimento nazionale e internazionale nell'ambito della Salute Planetaria per la ricerca e la formazione. **Le tematiche principali sono due: il rapporto tra salubrità e sostenibilità dell'alimentazione e gli effetti dei cambiamenti climatici sulla salute umana.** IIPH mira a eseguire i suoi studi promuovendo ricerche scientifiche di alto profilo e di carattere interdisciplinare per studiare, ad esempio, l'impatto in termini di salute delle abitudini dietetiche di diversi contesti territoriali, così come valutare l'effetto di specifici composti bio-attivi su popolazioni diverse,

tenendo conto anche delle loro peculiarità genetiche. Come anche trovare un giusto equilibrio tra l'ambiente fisico e sociale che caratterizza le aree urbane. L'Italia presenta un contesto bio-geografico, storico, culturale e sociale particolarmente favorevole per un'iniziativa di questo genere e non solo perché ha avuto storicamente una dieta di tipo mediterraneo. Il laboratorio dove IIPH esegue la maggior parte

degli studi è l'Italia, contesto istituzionale vantaggioso perché possiede un sistema sanitario universalistico necessariamente improntato alle attività di prevenzione. L'Italia non solo è sede dell'Autorità Europea della Sicurezza Alimentare (EFSA) e dell'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Alimentazione e l'Agricoltura (FAO) ma ha anche ospitato l'EXPO 2015 - "Nutrire il pianeta, energie per la vita".



Per saperne di più

- Istituto Superiore di Sanità
www.iss.it
- The EAT - Lancet Commission
www.thelancet.com/commissions/EAT
- Institute for Planetary Health
www.iiph.eu
- The Quantis Cosmetics Report
www.quantis.com/report/make-up-the-future-cosmetics
- Climate Change Knowledge Portal
climateknowledgeportal.worldbank.org
- Cosmetica Italia
www.cosmeticaitalia.it

Aiutando la ricerca, Aiuti la vita.

Dona

all'Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri

Tramite bonifico bancario.

IBAN: IT12 D030 6909 4000 0000 8816 112

Oppure con carta di credito sul sito.

Inquadra il QR Code



**ISTITUTO DI RICERCHE
FARMACOLOGICHE
MARIO NEGRI · IRCCS**



VALTELLINA

www.valtellina.com



ISTITUTO DI RICERCHE
FARMACOLOGICHE
MARIO NEGRI - IRCCS

www.marionegri.it

Gestione contenuti: Ufficio Comunicazione Istituto Mario Negri

Coordinamento editoriale: Marco Sorelli

Impaginazione: New Target Agency - Bergamo

Edizione Novembre 2022 - Riproduzione vietata