

novembre

2020

Integratori per il benessere



Per l'anziano

Gli integratori sono indispensabili nella terza età per mantenere sano l'organismo. Con il passare degli anni le preferenze alimentari, sia per cambiamento di gusti sia per problemi di masticazione, si spostano verso i vegetali e i cereali, penalizzando il consumo di carne, con eccezione a volte per il pesce e i formaggi freschi. Si ha in tal caso un insufficiente apporto dalla dieta di vitamine, soprattutto del gruppo B, nello specifico la B12, la B6 e la B9 (l'acido folico). Ci sono studi che correlano questa carenza con i deficit di memoria e le malattie a essa correlate, a partire dalla demenza senile. Un altro problema degli anziani è che si muovono poco e stanno poco tempo all'esterno con il rischio di una carenza di vitamina D, attivata nell'organismo dalla luce solare. In questo caso il deficit porta a un aumentato rischio di osteoporosi, già presente negli anziani per la scarsa attività fisica. Inoltre, le ricerche hanno evidenziato che esiste una forte correlazione tra la carenza di vitamina D e una minore risposta del sistema immunitario. Infine si consiglia l'assunzione di Vitamina C potente antiossidante, come tale d'aiuto nella terza età per contrastare gli effetti dell'invecchiamento.



ORARIO

TUTTO L'ANNO
Mattino 9,00 - 12,30
Pomeriggio 15,00 - 19,30

FARMACIA Corso Grosseto

C.so Grosseto 221 - 10147 Torino
Tel / Fax 011 2203066

Reperti: Preparazioni galeniche,
Prima infanzia, Dermocosmesi,
Igiene, Articoli sanitari, Integratori, Medicina naturale

Servizi: Autoanalisi, Misurazione
Pressione, Prenotazione visite ed esami,
Ricezione esiti analisi, Consegne a domicilio

La Farmacia sempre al vostro servizio,
anche sul web

www.farmaciacorsogrosseto.it

1 **Domenica**
TUTTI I SANTI

2 **Lunedì**
COMMEMORAZ. DEFUNTI

3 **Martedì**
S. SILVIA

4 **Mercoledì**
S. CARLO BORROMEIO **CHIUSO**

5 **Giovedì**
S. ZACCARIA PROF.

6 **Venerdì**
S. LEONARDO ABATE

7 **Sabato**
S. ERNESTO ABATE

8 **Domenica**
S. GOFFREDO VESCOVO



9 **Lunedì**
S. ORESTE

10 **Martedì**
S. LEONE MAGNO

11 **Mercoledì**
S. MARTINO DI TOURS

12 **Giovedì**
S. RENATO M.

13 **Venerdì**
S. DIEGO

14 **Sabato**
S. GIOCONDO VESCOVO **CHIUSO**

15 **Domenica**
S. ALBERTO M.



16 **Lunedì**
S. MARGHERITA DI S.

17 **Martedì**
S. ELISABETTA

18 **Mercoledì**
S. ODDONE AB. **CHIUSO**

19 **Giovedì**
S. FAUSTO MARTIRE

20 **Venerdì**
S. BENIGNO

21 **Sabato**
PRESENTAZ. B.V. MARIA

22 **Domenica**
S. CECILIA V.



23 **Lunedì**
S. CLEMENTE PAPA

24 **Martedì**
CRISTO RE E S. FLORA

25 **Mercoledì**
S. CATERINA D'ALESS.

26 **Giovedì**
S. CORRADO VESCOVO

27 **Venerdì**
S. MASSIMO

28 **Sabato**
S. GIACOMO FRANCO **CHIUSO**

29 **Domenica**
S. SATURNINO M. **Orario continuato
9,00 - 19,30**

30 **Lunedì**
S. ANDREA AP.

