

agosto

2020

Integratori per il benessere



Per il viaggiatore

Quando si viaggia è bene portare con sé integratori e complessi vitaminici.

Per affrontare caldo, afa, eccessiva sudorazione è necessario assumere integratori a base di magnesio e potassio per reintegrare i sali minerali persi.

Se si è molto affaticati si possono associare carnitina, beta-alanina, ferro e creatina. Anche la vitamina C combatte stanchezza e affaticamento.

Melatonina e valeriana sono adatti per jet lag e insonnia.

I probiotici, insieme alle vitamine del gruppo B difendono l'intestino e aiutano l'organismo a prepararsi al cambiamento climatico e alimentare.

Gli integratori a base di betacarotene e selenio (spesso combinati con vitamina C e zinco) sono necessari per affrontare il sole e vanno assunti da un mese prima a due settimane dopo il viaggio.

Per le zone molto calde consigliamo il mirtillo nero che rinforza le pareti dei capillari e favorisce il ritorno venoso, contrastando il gonfiore e agendo su tutto il microcircolo.

Per chi ha scelto qualche meta nordica e si prepara quindi ad affrontare forti escursioni termiche, il consiglio ricade su vitamina C, zinco e vitamina D3 per il sistema immunitario e le difese dell'organismo.



ORARIO

valido tutto l'anno

8,30 - 12,30 / 15,00 - 19,30

CHIUSO IL LUNEDÌ MATTINA

**FARMACIA
CAVAGLIÀ**

della Dott.ssa Cavaglia Giuseppina

SOCIO C.I.S.A.F.

Strada Pinerolo, 9

10040 Cumiana (TO)

Tel 011 9070835

DALL'ASCOLTO AL CONSIGLIO

I nostri servizi:

Misurazione Pressione, Autoanalisi,

Test intolleranze alimentari,

Noleggio bilance pesaneonati, stampelle,

tiralatte, aerosol

I nostri reparti:

Omeopatia, Fitoterapia, Prima Infanzia,

Galenica, Dermocosmesi,

Articoli ortopedici

La Farmacia sempre al vostro servizio,
anche sul web

www.farmaciacavaglia.it

1	Sabato S. ALFONSO	
2	Domenica S. EUSEBIO	
3	Lunedì S. LIDIA	CHIUSO AL MATTINO
4	Martedì S. NICODEMO	
5	Mercoledì S. OSVALDO	
6	Giovedì TRASFIGURAZ. N.S	
7	Venerdì S. GAETANO DA T.	
8	Sabato S. DOMENICO CONF.	
9	Domenica S. ROMANO	
10	Lunedì S. LORENZO MARTIRE	CHIUSO AL MATTINO
11	Martedì S. CHIARA	
12	Mercoledì S. GIULIANO	
13	Giovedì S. IPPOLITO	
14	Venerdì S. ALFREDO	
15	Sabato ASS. MARIA VERGINE	
16	Domenica S. ROCCO	
17	Lunedì S. GIACINTO CONF.	Turno fino alle Ore 22,00
18	Martedì S. ELENA IMP.	
19	Mercoledì S. LUDOVICO	
20	Giovedì S. BERNARDO ABATE	
21	Venerdì S. PIO X	
22	Sabato S. MARIA REGINA	
23	Domenica S. ROSA DA LIMA	
24	Lunedì S. BARTOLOMEO AP.	CHIUSO AL MATTINO
25	Martedì S. LUDOVICO	
26	Mercoledì S. ALESSANDRO M.	
27	Giovedì S. MONICA	
28	Venerdì S. AGOSTINO	
29	Sabato MART. S. GIOVANNI B.	
30	Domenica S. FAUSTINA	
31	Lunedì S. ARISTIDE MARTIRE	CHIUSO AL MATTINO