IVG

Disturbi di Primavera, ecco consigli e suggerimenti utili dai farmacisti

di **Redazione**
19 Aprile 2017 – 11:43



Savona. Da aprile e fino a fine giugno le farmacie aderenti a Rete Farmacisti Preparatori promuovono l'iniziativa "Primavera Fiorisci" per fornire consigli e suggerimenti utili ai cittadini al fine di conservare le energie e godersi appieno la primavera.

"Il mal di primavera, chiamato a volte sindrome da letargo, è un disturbo che colpisce donne e uomini di tutte le età e si manifesta sotto forma di stanchezza, difficoltà di concentrazione e disturbi del sonno – spiega Santo Barreca, uno dei rappresentanti di Rete Farmacisti Preparatori –. Ecco perché in questa stagione consiglieremo come affrontare la primavera con una marcia in più".

Ai cittadini che in questi mesi entreranno in una delle 500 farmacie Rete, verrà offerta una consulenza personalizzata per superare i disturbi tipici del mal di primavera, legati anche al cambio di orario. I farmacisti indicheranno alcuni semplici accorgimenti da seguire, come mangiare cibi freschi, ricchi di sali minerali e vitamine, praticare una costante e leggera attività fisica e gestire bene le ore di sonno. Consigli personalizzati verranno erogati sulla base delle esigenze della singola persona.

Oltre ai suggerimenti del farmacista, i cittadini interessati riceveranno anche dépliant e materiali informativi come promemoria dei consigli utili per fronteggiare al meglio la nuova stagione.

In provincia di Savona aderiscono le seguenti farmacie:
Farmacia Inglese – Via Dante, 344 – 17021 Alassio
Farmacia S. Nicolò – Via Turati, 7 – 17013 Albisola Superiore
Farmacia Nan – Via Aurelia, 94 – 17023 Ceriale
Farmacia Carrara – Via Colombo, 47 – 17035 Cisano Sul Neva
Farmacia Alla Torretta – Via Paleocapa, 3 – 17100 Savona
Farmacia San Francesco – Corso Tardy e Benech, 108 – 17100 Savona
Farmacia Ranaldo – Via Roma, 16 – 17038 Villanova D'Albenga