



## CONOSCERE IL PROBLEMA

Avere poco appetito d'estate, è piuttosto normale. Con il caldo la necessità di introdurre calorie diminuisce e il nostro organismo si adegua spontaneamente limitando l'assunzione di cibo. Inoltre l'afa intensa a volte provoca un leggero stato di malessere e nausea che toglie la fame.

Bambini e anziani sono più esposti al problema. Per loro mangiare è una "fatica" che si risparmierebbero volentieri.

Del resto uno stato di inappetenza non deve durare a lungo, per i rischi di deperimento a cui l'organismo verrebbe esposto in mancanza di cibo. È importante quindi tenere bene sotto controllo la persona inappetente, e accertarsi che non ci siano altri disturbi da riferire al medico (pallore, magrezza eccessiva, mancanza di energie). Nel frattempo, è utile provvedere con un'integrazione di sostanze naturali.



Le informazioni contenute in questo pieghevole hanno il solo scopo di far conoscere al consumatore alcuni aspetti del problema trattato e non sostituiscono il parere del medico. Il Laboratorio della Farmacia declina ogni responsabilità derivante da un uso improprio delle informazioni contenute.



## CONSIGLI IN FARMACIA

La fiducia verso le figure professionali che si occupano della nostra salute, come il Farmacista, si alimenta di tanti fattori. Valori come l'esperienza, l'empatia, la competenza, la gentilezza, e a volte qualcosa in più, sono quelle passioni che hanno portato alcuni Farmacisti a riscoprire l'antica anima del preparatore, per formulare in proprio i prodotti più adatti a soddisfare le esigenze della propria clientela.

Il Laboratorio della Farmacia è nato da questa vocazione.

Oggi offre prodotti di altissima qualità ed efficacia con un ottimo rapporto qualità/prezzo. Le materie prime utilizzate, in gran parte di origine vegetale, provengono da fornitori certificati e contengono una elevata concentrazione di principi naturali.

*Il Laboratorio della Farmacia, garantisce il tuo Farmacista.*



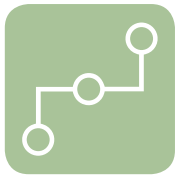
Visita il nostro sito  
[www.laboratoriodellafarmacia.it](http://www.laboratoriodellafarmacia.it)  
Seguici anche su facebook  
[facebook.com/laboratoriodellafarmacia](https://facebook.com/laboratoriodellafarmacia)



## Affrontare l'inappetenza

Informazione e approfondimento in Farmacia

laboratorio   
della farmacia



## LE CAUSE

L'inappetenza può avere molte cause. Al di là del caldo, è spesso provocata da una dieta scorretta. Molti bambini, per esempio, non hanno mai fame ai pasti perché "pasticciano" tutto il giorno. In questo caso ci si deve preoccupare solo di ristabilire un buon ritmo dei pasti principali, e l'appetito ritornerà. Altre volte l'origine del problema è un'indigestione, un disturbo del fegato o un problema non risolto a livello intestinale.

È inutile e dannoso allora forzare la persona a mangiare. Anche un lieve stato depressivo può essere all'origine di questo disturbo, soprattutto negli anziani, mentre negli adolescenti può essere una spia di problemi ben più seri.

Nella maggior parte dei casi però la spossatezza estiva è la prima causa di questo disturbo, da affrontare con maggiore attenzione alla dieta e l'uso di qualche integratore.



## I RIMEDI

Se una persona sta bene e ha un buon colorito, ma ha perso solo un po' di appetito, non c'è che "stuzzicarla" con qualche buon piatto. Da preferire, d'estate, le ricette semplici, fresche e colorate, a base di verdura e frutta crude. Evitiamo intingoli e salse grasse, invece, che appesantiscono la digestione e bloccano la fame.

Frutta e verdura hanno anche il vantaggio di essere ricche di acqua, elemento che non dovrebbe mai mancare sulla tavola per la corretta idratazione dell'organismo. Al contrario cibi conservati e salati come i salumi aumentano la sete e possono bloccare l'appetito.

Quando l'inappetenza è accompagnata da uno stato di astenia possono essere utili specifici integratori vitaminico-minerali per ricaricare l'organismo di energia.



## I CONSIGLI DEL TUO FARMACISTA

Fare ombra in casa, tenere la persona inappetente al fresco sono sistemi semplici e di buon senso, ma molto importanti per combattere l'inappetenza estiva.



### Via libera

Lo yogurt è un alimento ideale per gli inappetenti. È fresco, si consuma facilmente e nutre. Inoltre i fermenti lattici che contiene migliorano lo stato dell'intestino e fanno tornare l'appetito.



### Attenzione

D'estate occhio ai farmaci, soprattutto negli anziani. I diuretici per esempio possono provocare una carenza di potassio, causa di inappetenza.

Le informazioni contenute in questo pieghevole hanno il solo scopo di far conoscere al consumatore alcuni aspetti del problema trattato e non sostituiscono il parere del medico. Il Laboratorio della Farmacia declina ogni responsabilità derivante da un uso improprio delle informazioni contenute.

## Le proposte del nostro Laboratorio

### Biojet flaconi

#### Sostegno naturale

Integratore alimentare a base di Miele, Pappa reale, Polline, Rosa canina, Fieno greco ed Echinacea. La presenza di Rosa canina conferisce al prodotto un'azione di sostegno e ricostituente.



### Rda Vit Senior 50+

#### Integratori di Vitamine e Minerali

Integratore alimentare a base di Acido Folico, Acido pantotenico, Betacarotene, Biotina, Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B6, Vitamina B12, Vitamina C, Vitamina K, Niacina, Luteina, Calcio, Ferro, Magnesio, Cromo, Iodio, Manganese, Molibdeno, Rame, Zinco, Vitamina D3, Vitamina E e Selenio. Utile nelle carenze di tali nutrienti.



### Rda Vit Supra

#### Integratori di Vitamine e Minerali

Integratore alimentare a base di Betacarotene, Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B6, Niacina, Biotina, Vitamina B12, Vitamina C, Vitamina D3, Vitamina E, Acido pantotenico, Ferro, Magnesio, Manganese, Rame, Molibdeno e Zinco. Utile per apportare all'alimentazione quotidiana una quota supplementare di tali nutrienti.



### Rda Vit Junior

#### Integratori di Vitamine e Minerali

Integratore alimentare a base di Betacarotene, Vitamina B1, Vitamina B2, Vitamina B6, Niacina, Biotina, Vitamina K, Vitamina C, Vitamina D3, Vitamina E, Acido pantotenico, Ferro, Magnesio, Manganese, Selenio. Utile per apportare all'alimentazione quotidiana una quota supplementare di tali nutrienti.



### Rda Vit Total B

#### Integratori di Vitamine B

Integratore alimentare a base di Acido pantotenico, Vitamina B6, Vitamina B2, Vitamina B1, Acido folico, Vitamina B12 e Niacina. Utile per apportare all'alimentazione quotidiana una quota supplementare di tali nutrienti.

