



**Farmacia  
PASCARELLA**

D.ssa Marta

Da Noi troverai professionalità, servizi, qualità e cortesia  
Il nostro consiglio non è mai un consiglio qualsiasi

Cosmetica - Dermocosmesi - Fitoterapici - Erboristeria  
Omeopatia - Prodotti per l'infanzia - Alimenti per Celiaci  
Consegna a domicilio - Esame del Capello - Check up della pelle

Via Recco, 19 - Napoli - Tel. e Fax 081.5563388



**FARMACIA  
MARULLO**

Dott.ssa Angela  
Via D. Morelli, 22  
(ad. P.zza dei Martiri)  
Tel. 081.7643977  
Napoli

**OMEOPATIA  
ERBORISTERIA  
COSMETICI  
ANALISI DEL CAPELLO  
ANALISI DELLA PELLE**



L'Associazione Be.Na.Res. affiliata CSEN - CONI e con il patrocinio della Regione Campania, organizza percorsi formativi con docenti altamente qualificati, per la divulgazione delle discipline olistiche e del benessere. Svolge corsi di Naturopatia, Ayurvedica, Osteotaping Linfatico, massaggio: Base, Rilassante, Californiano, Hawaiano, Aromaterapico, Stone Therapy, Linfodrenaggio, Riflessologia Plantare.

Via Andrea Vaccaro 23.  
Infoline 081-0190839/377-3025183  
info@associazionebenares.org  
**BE.NA.RES... Benessere, Natura, Respiro**



## Influenza di stagione

Piccole regole per non "finire a letto"

L'influenza, un'affezione fra le più banali... per tanto da non prendere alla leggera. Si contano ogni inverno milioni di affezioni che conducono ad una visita medica, si tratta fortunatamente di episodi benigni per la maggior parte di noi ma che spesso danno luogo a casi di allarmismo di massa spesso ingiustificato. Ma, l'influenza può essere una seria fonte di disagi e complicazioni per il gruppo di persone a rischio e in generale per le persone con più di 65 anni, gruppi per i quali l'influenza rappresenta un importante fattore di morbilità e di mortalità. La prevenzione diventa allora una strategia essenziale nella lotta contro la malattia e la sua propagazione, dalla semplice informazione corretta dei media alle vaccinazioni di rito. La vaccinazione costituisce infatti la misura preventiva più efficace contro l'influenza e le sue complicazioni per l'insieme della popolazione. Il ricorso ai farmaci antivirali a titolo profilattico costituisce un metodo complementare utile, ma che non può tuttavia sostituirsi ad una vaccinazione. Questi farma-

ci, in generale limitati ai gruppi a rischio, possono di norma tutti essere impiegati per la profilassi e il trattamento dell'influenza in casi di epidemie. Bisogna però ricordare che un vaccino antinfluenzale ha, come tutti i vaccini, dei possibili benefici, e anche dei possibili danni generati spesso da intolleranze, allergie o scarsa conoscenza delle patologie soggettive. La variabilità delle influenze è altissima, ed è molto difficile prevedere il tipo di diffusione che avrà, la creazione di un vaccino adeguato è spesso un processo complicato che non sempre produce un farmaco in grado di curare tutte le patologie e per tutti i casi. Di sicuro è importante ricordare alcune semplici regole che ci permettono di evitare il più possibile la contrazione di una forma influenzale, dal Lavarsi accuratamente le mani, un gesto semplice, efficace e poco costoso per limitare i rischi di trasmissione del virus e nella prevenzione della propagazione delle infezioni in generale, al monitorare la propria salute in maniera corretta e con frequenza ciclica tale da notare una variazione anche minima.

## Farmacia San Ciro Un "centro servizi per la salute"

Da mezzo secolo un punto di riferimento nella zona Cavalleggeri. Non è eccessivo affermare che la Farmacia San Ciro è praticamente un'istituzione nel quartiere. Un vero e proprio "centro servizi per la salute" sempre a disposizione del cliente. Professionalità, specializzazione, competenza e affidabilità sono diventati, con il tempo, il marchio di fabbrica della farmacia della famiglia Guerra. In linea con la propria "filosofia" la Farmacia San Ciro ha deciso di darsi una nuova impronta, rinnovandosi completamente (sia negli spazi che nei "contenuti") conservando qualità e valori che da sempre ne hanno caratterizzato l'attività. "L'obiettivo - è il commento di Annamaria Guerra - è di diventare un luogo più piacevole da frequentare. Daremo maggior spazio alla prevenzione, grazie alla possibilità di effettuare test delle intolleranze e test del dna". La Farmacia San Ciro si prepara dunque ad acquisire una nuova dimensione. "Daremo ampio spazio al benessere - prosegue la dottoressa Guerra - prima tutto si basava sul farmaco, ora invece avremo reparti di cosmetica, offrendo prodotti dermatologicamente testati, che si prendono davvero cura della pelle venendo incontro a chi soffre di intolleranze". Una vera chicca sarà il reparto dedicato ai più piccini. "È vero - prosegue - Ci sarà una zona dedicata ai bambini con intrattenimenti video ma anche tante piccole sorprese. Così le mamme potranno tranquillamente dedicarsi ai loro bisogni, senza fretta". Un rinnovamento che riguarderà anche gli spazi. Tra le "novità" più eclatanti senza dubbio quella riguardante un secondo piano. "Nell'innovativo modo di intendere la farmacia - conclude la Annamaria Guerra - è normale che avvenga anche una ridefinizione delle strutture. Ogni settore avrà il proprio e adeguato spazio. Nel nuovo piano superiore, ad esempio, ci sarà una cabina estetica e verranno effettuati anche tutta una serie di trattamenti". Non resta dunque che aspettare la ristrutturazione annunciata e, nell'attesa, seguire i preziosi consigli della dottoressa Guerra e di tutto il suo staff.

## Il presidente dell'Associazione Be.Na.Res. ci parla oggi del massaggio multidisciplinare

"Si tratta di un corso aperto a tutti in cui si studieranno le tecniche di massaggio provenienti dalla vecchia America. Le discipline trattate metteranno in condizione l'operatore di far contattare in maniera molto dolce il lato emozionale del massaggiato, spesso volte bloccato o represso".

VIENI A SCOPRIRE

LA TUA FARMACIA DI FIDUCIA  
COMPLETAMENTE RINNOVATA  
NUOVI REPARTI TI ASPETTANO

omeopatia | fitoterapia | dermocosmesi | alimenti | infanzia

**farmacia san ciro**



via Cavalleggeri d'Aosta 58  
80124 Napoli  
tel / fax 081 570 4733  
www.farmaciasanciro.com

**dermocosmesi**

Il reparto benessere ti attende con esperti pronti a soddisfare ogni esigenza

**alimenti**

Un vasto assortimento di alimenti per intolleranze alimentari, celiachia, diabete...

Uno spazio per la mamma e il bambino: alimenti, prodotti per l'igiene, giochi, accessori