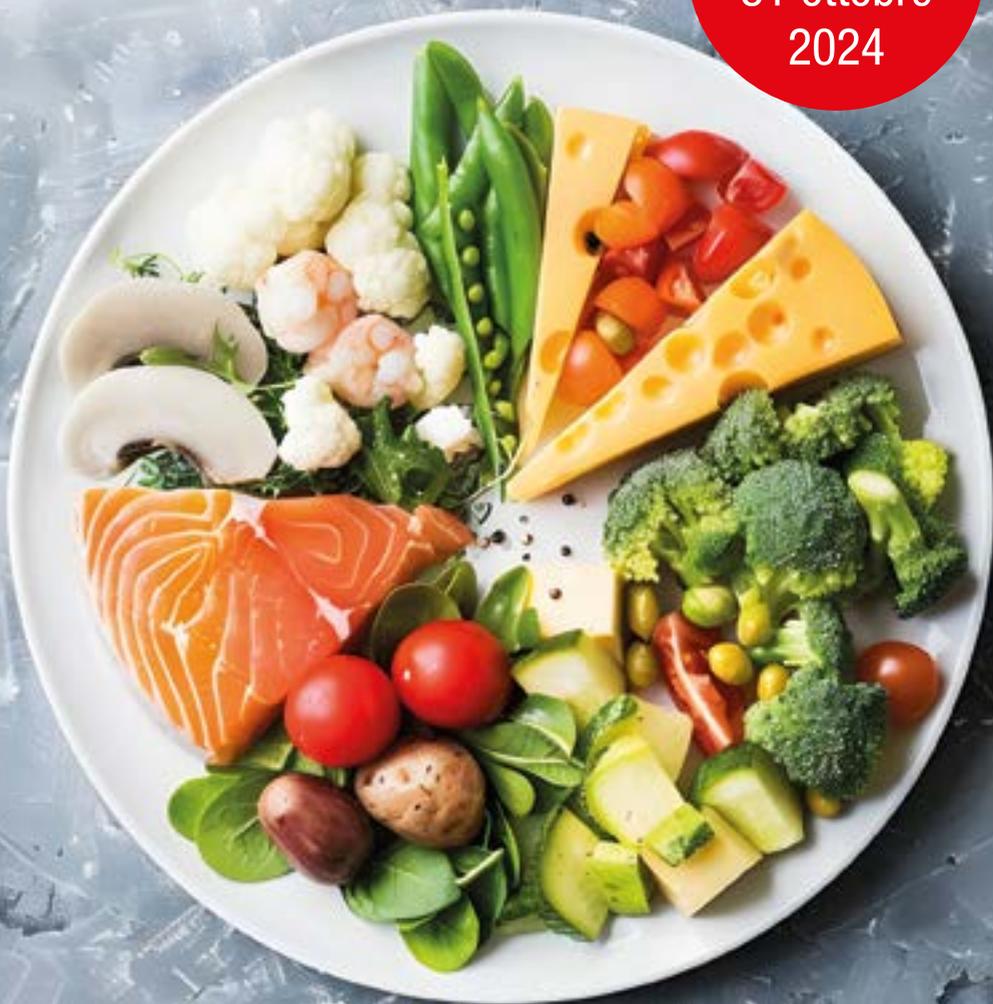


Offerte
1° settembre
31 ottobre
2024



I CONSIGLI DELLA TUA FARMACIA

"L'importanza dell'alimentazione
nella prevenzione del diabete di tipo 2."



I CONSIGLI DELLA TUA FARMACIA

"L'importanza dell'alimentazione
nella prevenzione del diabete di tipo 2."

Il diabete è una malattia cronica ad evoluzione progressiva nel tempo che provoca nell'individuo un **aumento dei livelli di zucchero nel sangue**.

I livelli di glicemia sono principalmente regolati da un ormone, l'insulina, che controlla il trasporto del glucosio dal sangue nelle cellule, dove è utilizzato per la produzione di energia. Nel **diabete di tipo 2**, la glicemia aumenta perché **l'insulina non funziona correttamente** o le cellule del nostro corpo non rispondono a questo ormone.

Si tratta di un disturbo metabolico dall'impatto significativo sulla qualità e sull'aspettativa di vita di chi ne soffre, soprattutto per le numerose **complicanze micro e macrovascolari** che può determinare: tra le più comuni ci sono la **retinopatia diabetica**, una delle principali cause di cecità fra gli adulti, la **nefropatia diabetica**, che può portare a insufficienza renale, le **malattie cerebrali e cardiovascolari**, più frequenti in chi ha il diabete rispetto a chi non ne è affetto.

Perché l'alimentazione è importante nella prevenzione del diabete?

L'alimentazione è fondamentale per vari motivi: **la quantità e la qualità degli zuccheri assunti condiziona i livelli di glicemia** e quindi l'insorgenza e l'andamento della malattia; il controllo dei grassi previene e migliora l'ipercolesterolemia, quasi sempre presente nel paziente diabetico; una **dieta ipocalorica** riduce il sovrappeso, che a sua volta è la

causa scatenante del diabete.

I cibi consigliati

Gli zuccheri o i carboidrati, sono una fonte di energia indispensabile per il nostro organismo e, in quanto tali, sono il cardine di una dieta equilibrata anche per il paziente diabetico. È però importante **prediligere gli zuccheri complessi**, come quelli presenti in pane, pasta, patate e legumi, e **limitare invece il consumo di zuccheri semplici**, come quelli contenuti nei dolci.

I carboidrati complessi, infatti, vengono assorbiti lentamente e non determinano un improvviso aumento dei valori della glicemia, a differenza di quelli semplici, che vengono assimilati velocemente provocando un brusco rialzo dei livelli di glucosio nel sangue.

Attenzione all'indice glicemico: il ruolo delle fibre

Per ridurre il rischio di picchi glicemici dopo i pasti si raccomanda di prestare attenzione all'indice glicemico e **scegliere alimenti a "basso indice glicemico"**, ossia quelli che, dopo il pasto, alzano di meno i livelli di glucosio nel sangue.

Di particolare importanza è il ruolo delle **fibre vegetali**, in quanto contribuiscono a ridurre la velocità di assorbimento degli zuccheri da parte dell'organismo tenendo più bassi i valori della glicemia, a ridurre la quantità di colesterolo nel sangue

e ritardare lo svuotamento dello stomaco.

Nello specifico le **fibre idrosolubili**, come ad esempio l'inulina, risultano particolarmente utili e sono presenti in quantità significative in **mele, pere, agrumi, carciofi, cicoria, aglio e cipolla**. In generale, frutta, verdura e legumi sono tutti ottime fonti di fibre, favoriscono la sazietà e hanno un basso apporto calorico. Inoltre, consumare regolarmente **cereali integrali** è un'ottima strategia per assicurarsi un adeguato apporto di fibre.

Fonti:
<https://www.issalute.it/index.php/la-salute-dalla-a-alla-z-menu/d/diabete-di-tipo-2>
<https://www.siditalia.it/divulgazione/alimentazione-e-diabete>
<https://www.cerbahealthcare.it/diabete-alimentare-come-prevenirlo-e-curarlo-con-la-dieta/>
<https://www.epicentro.iss.it/diabete/>



Per il paziente diabetico: non saltare i pasti e mangiare a orari regolari sono due accorgimenti utili per **evitare le crisi ipoglicemiche**. È essenziale **moderare il consumo di dolci** e prodotti che contengono zucchero, non fare pranzi e cene troppo abbondanti ed eventualmente prevedere degli **spuntini a metà mattina e a metà pomeriggio** per non arrivare troppo affamati ai pasti principali.



STANCHEZZA DA **STRESS?**



Supra *dinner*



L'energia per goderti
i tuoi momenti migliori

PREMIO
certo

In **OMAGGIO**
un voucher per un pranzo
o una **cena**
X2 PERSONE*

Acquista 1 confezione
di Supradyn Ricarica o
Supradyn Ricarica 50+
o Supradyn Ricarica
NO STRESS

CH-20240626-33



Inquadra
il QR code

* L'offerta dà diritto ad un pasto gratuito a condizione che un altro pasto di uguale o maggior valore venga consumato e pagato a prezzo intero secondo le condizioni di ogni singolo ristorante aderente al network. Valore medio del premio 20€.

Operazione a premi valida dal 01/09/2024 al 31/10/2024.

Per maggiori informazioni sui prodotti aderenti, le modalità di partecipazione e i premi disponibili, consulta il regolamento completo su www.supradinner.it.

Gli integratori non sono da intendersi come sostitutivi di una dieta variata ed equilibrata e di un corretto stile di vita. **LEGGERE LE AVVERTENZE.**



VETRINA PRODOTTI PROMO

Be-Total Classico

40 mini compresse

Grazie al complesso di vitamine del gruppo B, aiuta a rilasciare energia dal cibo.



PREZZO PROMO

€ 18,⁹⁰

Sustenium Plus 50+

16 bustine da 4,5 g

Integratore energizzante con una formulazione specifica per gli adulti 50+ a base di vitamine, minerali e complesso antiossidante ACTIFUL® (Bioflavonoidi ed estratto di Melograno).



PREZZO PROMO

€ 16,⁹⁰

Ferro Ibsa

20 film orodispersibili
gusto limone

Contribuisce alla normale formazione dei globuli rossi e dell'emoglobina.



PREZZO PROMO

€ 18,⁴⁰

Melatonina Ibsa

30 film orodispersibili
gusto frutti di bosco

La melatonina contribuisce alla riduzione del tempo richiesto per prendere sonno.



PREZZO PROMO

€ 11,⁹⁰

Laila DormiBene

30 pastiglie gommose

A base di Herbal 5 complex + Melatonina che aiuta a ridurre il tempo richiesto per prendere sonno.



PREZZO PROMO

€ 13,⁹⁰



VETRINA PRODOTTI PROMO

NeoBorocillina Propolmiele +

16 pastiglie gusto miele limone e miele eucalipto

La sua formulazione è pensata per una doppia azione:

- favorisce il benessere della gola grazie all'azione emolliente e lenitiva della Malva;
- aiuta il benessere della mucosa grazie all'azione delle vitamine Niacina (Vitamina B3) e Biotina (Vitamina B8).



PREZZO PROMO

€ 9,⁴⁰

Parodontax Herbal Fresh

Dentifricio da 75 ml
Gusto eucalipto e menta

DISPOSITIVO MEDICO CE



PREZZO PROMO

€ 4,⁸⁰

Profar Oxigen anti-placca

Spazzolino manuale medio

Con setole ossigenate grazie alla testina microforata che garantisce un'asciugatura più rapida delle stesse diminuendo la formazione di batteri. Il manico è ergonomico e lineare.



PREZZO PROMO

€ 1,¹⁰



Profar Expanding

Filo interdentale 25 m

Si espande durante l'uso assicurando la rimozione efficace della placca batterica



PREZZO PROMO

€ 3,¹⁰



unifarm

Per il benessere delle vie urinarie.

Uniberry

con mirtillo rosso, inulina, sambuco, vitamina C e d-mannosio.

L'inulina è un prebiotico impiegato per favorire l'equilibrio della flora intestinale.

I frutti del mirtillo rosso contribuiscono alla funzionalità delle vie urinarie.



Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano. Leggere attentamente le avvertenze.

VETRINA PRODOTTI PROMO

Enterolactis bevibile

8 miliardi di cellule vive
12 flaconi da 10 ml con fruttosio

Costituito da fermenti lattici vivi di origine umana, espressamente selezionati e caratterizzati da forte vitalità e adesività, capaci di riequilibrare rapidamente la composizione della flora intestinale alterata.



PREZZO PROMO

€ 17,⁹⁰

ThermaCare

DISPOSITIVI MEDICI CE

Collo/Spalla/Polso

6 fasce monouso

Schiena

4 fasce monouso



PREZZO PROMO

€ 17,⁴⁵

UNIMAGNESIO

Per il normale **metabolismo energetico**, il **funzionamento del sistema nervoso** e la **funzione psicologica**.



PREZZO PROMO

€ 11,⁹⁰

unifarm



Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano. Leggere attentamente le avvertenze.



Per calmare
mal di pancia
frequente,
gonfiore, diarrea
o stitichezza.



Disponibile nel formato da 96 e 60 opercoli.

Colilen IBS riduce i disturbi
dell'intestino irritabile,
rispettando l'organismo.

senza
glutine

**AZIENDA
SOSTENIBILE**

È UN DISPOSITIVO MEDICO CE 0477

Leggere attentamente le avvertenze e le istruzioni per l'uso.
Aut. Min. del 15/05/2024

Certified
(B)
Corporation

Aboca è una Società Benefit
ed è certificata B Corp
www.aboca.com/bene-comune

Aboca S.p.A. Società Agricola
Sansepolcro (AR)

Aboca

VETRINA PRODOTTI PROMO

Hipp Omogeneizzati di carne

Gusti vari 2x80 g - Prezzo al Kg € 18,69

Solo carni di animali allevati secondo i severi criteri dell'allevamento biologico. La provenienza degli animali è strettamente selezionata e controllata, così come la qualità dei mangimi vegetali con i quali vengono nutriti.



PREZZO PROMO

€ 2,⁹⁹

Hipp Baby

Salviettine viso-mani per pelli sensibili
20 pezzi

Estremamente morbide e delicate, sono ideali per la detersione quotidiana di viso e mani.



PREZZO PROMO

€ 1,⁹⁹

Libenar

60 flaconcini monouso
da 5 ml



DISPOSITIVO MEDICO CE

PREZZO PROMO

€ 10,⁹⁰

Ultra

Pannolini misure varie dalla 2 alla 6



Ultra morbidi a contatto con la pelle, super assorbenti e ultra dry. Le barriere laterali protettive tienitutto evitano qualsiasi fuoriuscita indesiderata.

PREZZO PROMO

€ 3,⁷⁰

Sempre Asciutto

72 salviettine umidificate

Con olio di Argan.
Senza parabeni e alcol.
Fragranza senza allergeni.



PREZZO PROMO

€ 1,⁹⁰



Teva per te

Nuove confezioni
che cambiano
per le tue esigenze.



Grazie all'ascolto di pazienti come te, Teva ha migliorato **la grafica delle confezioni** dei propri medicinali per renderla ancora più chiara e completa. Il nome del prodotto, il dosaggio, il pittogramma e lo spazio dedicato agli appunti sul retro*, possono aiutare ad assumere i medicinali in modo ancora più corretto e consapevole.

*Disponibile in base alla dimensione della confezione

La nostra esperienza per la tua salute.

tevaitalia.it



VETRINA PRODOTTI OTC

Actigrip Giorno&Notte*

12 compresse giorno: Paracetamolo,
Pseudoefedrina cloridrato
4 compresse notte: Paracetamolo,
Difenidramina cloridrato



PREZZO PROMO

€ 12,⁴⁹

Aspirina C*

Acido acetilsalicilico
20 compresse effervescenti da 400+240 mg



PREZZO PROMO

€ 9,⁴⁰

Froben Gola*

Flurbiprofene

250 mg/100 ml
Spray per mucosa
orale da 15 ml



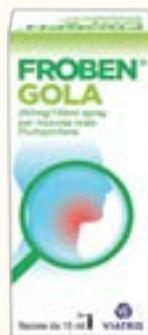
0,25% collutorio
Flacone da 160 ml

PREZZO PROMO

€ 10,⁴⁰

PREZZO PROMO

€ 9,⁹⁰



0,25% spray
per mucosa orale
da 15 ml

AspiGola*

Flurbiprofene

8,75 mg - 16 pastiglie
gusto limone e miele



PREZZO PROMO

€ 9,⁴⁰



PREZZO PROMO

€ 8,²⁰

Dolact

8,75 mg/dose spray
per mucosa orale da 15 ml



PREZZO PROMO

€ 10,⁹⁰



* è un farmaco, leggere attentamente il foglietto illustrativo

VETRINA PRODOTTI OTC

Pursennid*

Sennosidi A+B
40 compresse rivestite da 12 mg



PREZZO PROMO

€ 11,⁵⁰

Glicerolo Carlo Erba Adulti*

18 supposte da 2250 mg



PREZZO PROMO

€ 5,⁵⁰

Codex 5 Miliardi*

Saccharomyces boulardii
30 capsule rigide



PREZZO PROMO

€ 21,⁰⁰

Maalox Plus*

Magnesio idrossido + alluminio ossido +
dimeticone
200 mg + 200 mg + 25 mg
50 compresse masticabili



PREZZO PROMO

€ 14,⁹⁰

Laila*

Olio essenziale di lavanda
14 capsule molli da 80 mg



PREZZO PROMO

€ 11,⁶⁰



* è un farmaco, leggere attentamente il foglietto illustrativo

VETRINA PRODOTTI OTC

Brufen Analgesico*

Ibuprofene

12 compresse rivestite da 400 mg



PREZZO PROMO

€ 9,⁷⁰

Brufenlik*

Ibuprofene

20 bustine per sospensione orale da 400 mg



PREZZO PROMO

€ 11,²⁰

Voltaren Emulgel 1% Gel*

Diclofenac dietilammonio

Tubo da 60 g



PREZZO PROMO

€ 9,⁴⁰



* è un farmaco, leggere attentamente il foglietto illustrativo

unlife app

PRENOTA
COMODAMENTE
I SERVIZI DELLA
TUA FARMACIA



unifarm



PREZZO PROMO

€ 18,⁹⁰



Riparti con Univis

La **carnitina** svolge un ruolo importante nel **metabolismo energetico** e l'**arginina** nella **sintesi delle proteine**.

Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di uno stile di vita sano
Leggere attentamente le avvertenze.

Promozioni valide salvo esaurimento scorte e/o omissioni o errori di stampa. Le fotografie hanno valore puramente illustrativo. I prezzi possono subire variazioni nel caso di eventuali errori tipografici, ribassi o modifiche a leggi fiscali. Eventuali altre promozioni in corso non sono cumulabili.

Trento, settembre 2024
Stampa: Grafiche Dalpiaz - Ravina (Trento)
per Unifarm Spa - Ravina (Trento)

