

IL FARMACISTA

la salute di starbene

LA FORMULA ANTICOLESTEROLO

È un succo ricco di monacolina K che aiuta a mantenere normali i livelli di colesterolo nel sangue. Fa parte di una linea di prodotti sviluppata con la Società italiana di medicina naturale. *Super Juice Cholesterol di Dolce Vita Food*, 2,90 €, 250 ml. «È a base di melograno con riso rosso fermentato e soia: una bottiglietta contiene la quantità sufficiente per il fabbisogno giornaliero di monacolina K. Inoltre, i semi di soia contrastano anche i disturbi della menopausa», spiega la farmacista.



la salute in un succo

Contrastano i piccoli disturbi e depurano l'organismo. Sono gli integratori da bere. Puri oppure diluiti. *Starbene* ne ha scelti cinque

di Michela Duraccio



CONSULTA GRATIS IL NOSTRO ESPERTO

dott. Mariasandra Aicardi
farmacista, titolare
della farmacia Aicardi
di Bologna.
Tel. 02-70300159
5 settembre,
ore 16.30-17.30



IL CENTRIFUGATO DEPURATIVO

Sono bustine da sciogliere in acqua per ottenere subito una bevanda simile a un centrifugato fresco. In 4 varianti. *Centripura® Depurativa di BiosLine*, 13,50 €, 6 bustine da 7 g l'una. «È un concentrato di estratti integrali da frutta e verdura facile da preparare. Contiene carciofo, zenzero, kiwi, mela, limone, spinaci, zucca, vitamine A e C che lo rendono indicato quando stress e alimentazione scorretta causano un accumulo di tossine», osserva l'esperta.

IL GEL PER LE DIFESE IMMUNITARIE

È a base di aloe vera addizionata con puro succo concentrato di mirtillo. Il gel, indicato per favorire le funzioni depurative dell'organismo, rinforza le difese immunitarie e migliora la digestione. *Aloe Vera Esi + Forte*, 19,50 €, 1 litro. «Il succo di questo prodotto proviene da foglie di aloe vera decorticate con un delicato processo che permette di eliminare la parte esterna che contiene aloina, irritante per l'intestino, e di mantenere elevata la quota di principi attivi. La posologia: 1 misurino (tale quale o diluito in acqua) da 25 ml, 3 volte al giorno», dice l'esperta.



IL MIX ANTI-INTIAMMAZIONI

È una formula utile contro vari problemi: contrasta edemi, dolori articolari, bruciori di stomaco e inestetismi della cellulite. *Succo Puro Aloe+vera con ananas e papaya di Specciasol*, 18,90 €, 1 litro. «Contiene il gel estratto dalle foglie di aloe vera puro al 100%, più succo di ananas, papaya e ribes nero. La dose ideale per aiutare il sistema digerente e favorire i processi depurativi dell'organismo è di 25 ml due volte al dì, da assumere tal quale o diluita in un grande bicchiere d'acqua», dice la dottoressa Mariasandra Aicardi.

IL TONICO PER I BIMBI

Ecco una "linfa" ricca di calcio e vitamine, dal gradevole sapore di frutta, formulata per i bambini e ideale per affrontare il rientro a scuola e l'inizio delle attività sportive. *Floradix Kindervital® Fruity Formula di Salus*, 17,40 €, 250 ml. «È un integratore naturale, costituito al 90% da erbe e frutta, dal sapore gradevolissimo: è energetico, grazie alle vitamine del gruppo B, mentre il calcio favorisce lo sviluppo di muscoli e ossa. La dose: dai 6 mesi ai 2 anni 10 ml al giorno, dai 2 anni in su 20 ml al giorno, prima di colazione», conclude la farmacista.



52 www.starbene.it