

gennaio 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



IL MAL DI GOLA

Il mal di gola è uno dei disagi più comuni nella stagione fredda, e si manifesta con secchezza, bruciore e difficoltà a deglutire. Può essere causato da smog, polveri irritanti o fumo, ma anche da un ambiente troppo secco o eccessivamente umido. Se compare con una sensazione di pizzicore alla gola, naso che cola, febbre e tosse, potrebbe trattarsi di un virus da raffreddamento. Se invece insorge bruscamente con febbre alta, forte dolore e placche bianche sulle tonsille, potrebbe essere un'infezione batterica: in tal caso è bene consultare il farmacista e il medico. Talvolta il mal di gola è il primo segnale di malattie esantematiche nei bambini. Rafforzare le difese immunitarie in modo naturale può essere d'aiuto: il farmacista vi può consigliare al meglio.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 - 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 - 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Giovedì MARIA MADRE DI DIO	CHIUSO
2	Venerdì S. BASILIO VESCOVO	CHIUSO
3	Sabato S. GENOVEFFA	CHIUSO
4	Domenica S. ERMETE	CHIUSO
5	Lunedì S. AMELIA	CHIUSO
6	Martedì EPIFANIA DI N.S.	CHIUSO
7	Mercoledì S. LUCIANO	
8	Giovedì S. MASSIMO	
9	Venerdì S. GIULIANO MARTIRE	
10	Sabato S. ALDO EREMITA	Aperto 8:45 - 13:00
11	Domenica S. IGINO PAPA	Aperto per Turno 8,45 - 19,30
12	Lunedì S. MODESTO M.	
13	Martedì S. ILARIO	
14	Mercoledì S. FELICE M	
15	Giovedì S. MAURO ABATE	
16	Venerdì S. MARCELLO PAPA	
17	Sabato S. ANTONIO ABATE	Aperto 8:45 - 13:00
18	Domenica S. LIBERATA	CHIUSO
19	Lunedì S. MARIO MARTIRE	
20	Martedì S. SEBASTIANO	
21	Mercoledì S. AGNESE	
22	Giovedì S. VINCENZO MARTIRE	
23	Venerdì S. EMERENZIANA	
24	Sabato S. FRANCESCO DI SALES	Aperto 8:45 - 13:00
25	Domenica CONVERS. DI S. PAOLO	CHIUSO
26	Lunedì S. PAOLA	
27	Martedì S. ANGELA MERICI	
28	Mercoledì S. TOMMASO D'AQ.	
29	Giovedì S. CESARIO	
30	Venerdì S. MARTINA	
31	Sabato S. GIOVANNI BOSCO	Aperto 8:45 - 13:00

febbraio 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



MAL DI DENTI

Un dolore acuto, che peggiora con la masticazione o con cibi molto caldi, freddi o dolci, può indicare una pulpite, spesso conseguenza di una carie profonda. La carie è un processo che intacca lo smalto e, se trascurata, può estendersi alla polpa dentale provocando infezioni o ascessi. Le infiammazioni gengivali, come gengiviti e parodontiti, possono causare dolore, gonfiore e sanguinamento, e se non curate, portare alla caduta dei denti. Anche malattie sistemiche o l'uso di determinati farmaci possono influenzare la salute orale. La scarsa igiene resta però la causa più comune. Prevenire è fondamentale: pulizia regolare, visite periodiche dal dentista e i giusti consigli del farmacista aiutano a mantenere un sorriso sano.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 - 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 - 12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 - 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Domenica S. VERDIANA	CHIUSO
2	Lunedì PRES. DEL SIGNORE	
3	Martedì S. BIAGIO	
4	Mercoledì S. GILBERTO	
5	Giovedì S. AGATA	
6	Venerdì S. PAOLO MIKI	
7	Sabato S. TEODORO MARTIRE	Aperto 8:45 - 13:00
8	Domenica S. GIROLAMO EM.	CHIUSO
9	Lunedì S. APOLLONIA	
10	Martedì S. SCOLASTICA	
11	Mercoledì S. DANTE	
12	Giovedì S. EULALIA	
13	Venerdì S. MAURA	
14	Sabato S. VALENTINO	Aperto 8:45 - 13:00
15	Domenica S. FAUSTINO	CHIUSO
16	Lunedì S. GIULIANA VERGINE	
17	Martedì S. DONATO MARTIRE	
18	Mercoledì LE CENERI	
19	Giovedì S. TULLIO	
20	Venerdì S. SILVANO	
21	Sabato S. ELEONORA	Aperto 8:45 - 13:00
22	Domenica I DI QUARESIMA	CHIUSO
23	Lunedì S. LIVIO	
24	Martedì S. EDILBERTO RE	
25	Mercoledì S. VITTORINO	
26	Giovedì S. ROMEO	
27	Venerdì S. LEANDRO	
28	Sabato S. ROMANO ABATE	Aperto 8:45 - 13:00

marzo 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



MAL DI TESTA

Circa 25 milioni di italiani soffrono di mal di testa almeno una volta all'anno, in prevalenza donne. Considerata una vera e propria patologia sociale, compromette qualità della vita e produttività. La cefalea si presenta in varie forme, tra cui emicrania, cefalea tensiva e a grappolo, ognuna con caratteristiche specifiche. Per gli episodi occasionali, riposo, silenzio e buio possono giovare. Per prevenirla, è utile evitare i fattori scatenanti, come alcuni alimenti, stress, posture scorrette e inattività fisica. Se i mal di testa sono frequenti e familiari, è bene rivolgersi a specialisti. L'automedicazione può essere rischiosa: è sempre meglio chiedere consiglio a farmacista e medico.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

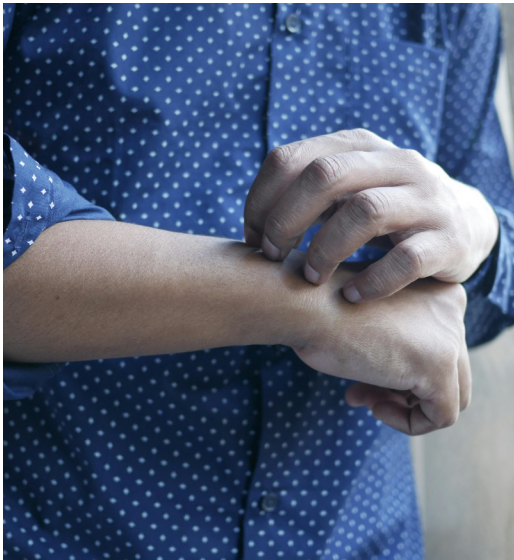
Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Domenica II DI QUARESIMA	CHIUSO
2	Lunedì S. BASILEO MARTIRE	
3	Martedì S. CUNEGONDA	
4	Mercoledì S. LUCIO	
5	Giovedì S. ADRIANO	
6	Venerdì S. GIORDANO	
7	Sabato S. FELICITA	Aperto 8:45 - 13:00
8	Domenica III DI QUARESIMA	CHIUSO
9	Lunedì S. FRANCESCA R.	
10	Martedì S. SIMPLICIO PAPA	
11	Mercoledì S. COSTANTINO	
12	Giovedì S. MASSIMILIANO	
13	Venerdì S. EUFRASIA V.	
14	Sabato S. MATILDE	Aperto 8:45 - 13:00
15	Domenica IV DI QUARESIMA	CHIUSO
16	Lunedì S. ERIBERTO VESCOVO	
17	Martedì S. PATRIZIO	
18	Mercoledì S. SALVATORE	
19	Giovedì S. GIUSEPPE	
20	Venerdì S. ALESSANDRA MARTIRE	
21	Sabato S. BENEDETTO	Aperto 8:45 - 13:00
22	Domenica V DI QUARESIMA	CHIUSO
23	Lunedì S. TURIBIO DI M.	
24	Martedì S. ROMOLO	
25	Mercoledì ANNUNCIAZ. DEL SIGNORE	
26	Giovedì S. TEODORO	
27	Venerdì S. AUGUSTO	
28	Sabato S. SISTO III PAPA	Aperto 8:45 - 13:00
29	Domenica LE PALME	CHIUSO
30	Lunedì S. AMEDEO	
31	Martedì S. BENIAMINO MARTIRE	

aprile 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



IL PRURITO

Il prurito può segnalare diverse condizioni, tra cui allergie, dermatiti o infezioni. L’orticaria, per esempio, può essere scatenata da punture, sostanze irritanti o allergeni. Rinite allergica, con prurito al naso, occhi arrossati e difficoltà respiratorie, è molto diffusa e legata a pollini, polvere, muffe o animali. Le dermatiti possono derivare da funghi, batteri o parassiti, ma anche da malattie come psoriasi o problemi epatici. In ogni caso, è importante individuare la causa per una terapia mirata. Il farmacista può aiutare a riconoscere il problema e consigliare se rivolgersi al medico.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l’Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Mercoledì	S. UGO VESCOVO	
2	Giovedì	S. FRANCESCO DI P.	
3	Venerdì	S. RICCARDO VESCOVO	
4	Sabato	S. ISIDORO VESCOVO	Aperto 8:45 - 13:00
5	Domenica	PASQUA DI RESURREZIONE	CHIUSO
6	Lunedì	DELL'ANGELO	CHIUSO
7	Martedì	D. IN ALBIS – S. ERMANNO	
8	Mercoledì	S. ALBERTO DIONIGI	
9	Giovedì	S. MARIA CLEOFE	
10	Venerdì	S. TERENCEO MARTIRE	
11	Sabato	S. STANISLAO VESCOVO	Aperto 8:45 - 13:00
12	Domenica	IN ALBIS	CHIUSO
13	Lunedì	LE PALME	
14	Martedì	S. ABBONDIO	
15	Mercoledì	S. ANNIBALE	
16	Giovedì	S. LAMBERTO	
17	Venerdì	S. ANICETO PAPA	
18	Sabato	S. GALDINO VESCOVO	Aperto 8:45 - 13:00
19	Domenica	S. ERMOGENE MARTIRE	CHIUSO
20	Lunedì	S. ADALGISA VERGINE	
21	Martedì	S. ANSELMO , S. SILVIO	
22	Mercoledì	S. CAIO	
23	Giovedì	S. GIORGIO MARTIRE	
24	Venerdì	S. FEDELE	
25	Sabato	FESTA DELLA LIBERAZIONE	CHIUSO
26	Domenica	S. MARCELLINO MART.	CHIUSO
27	Lunedì	S. ZITA	CHIUSO
28	Martedì	S. VALERIA	CHIUSO
29	Mercoledì	S. CATERINA DA SIENA	CHIUSO
30	Giovedì	S. MARIANO	CHIUSO

maggio 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



I DISTURBI DELL'APPETITO

Negli ultimi anni i disturbi alimentari sono sempre più frequenti. L'obesità è in aumento e rappresenta un rischio per cuore, metabolismo, articolazioni e respirazione. Alcuni studi indicano che stati emotivi come la rabbia, specialmente se repressa, possono favorire l'aumento di peso, in particolare nelle donne, per via degli effetti dello stress sul metabolismo. Dall'altro lato, condizioni come anoressia e bulimia destano crescente preoccupazione. Genitori e familiari devono osservare con attenzione eventuali cambiamenti nei comportamenti alimentari, specie negli adolescenti, e rivolgersi a farmacisti o medici per un primo supporto e indicazioni su centri specializzati.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 - 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 - 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Venerdì	SAN GIUSEPPE ART. - FESTA DEL LAVORO	CHIUSO	
2	Sabato	S. ATANASIO	CHIUSO	
3	Domenica	S. GIACOMO	CHIUSO	
4	Lunedì	S. SILVANO		
5	Martedì	S. PELLEGRINO M.		
6	Mercoledì	S. GIUDITTA MARTIRE		
7	Giovedì	S. FLAVIA		
8	Venerdì	S. VITTORE		
9	Sabato	S. GREGORIO V.	Aperto 8:45 - 13:00	
10	Domenica	S. ANTONINO	CHIUSO	
11	Lunedì	S. FABIO MARTIRE		
12	Martedì	S. ROSSANA		
13	Mercoledì	S. EMMA		
14	Giovedì	S. MATTIA AP.		
15	Venerdì	S. TORQUATO		
16	Sabato	S. UBALDO VESCOVO	Aperto 8:45 - 13:00	
17	Domenica	ASCENSIONE DEL SIGNORE	CHIUSO	
18	Lunedì	S. GIOVANNI I PAPA		
19	Martedì	S. PIETRO DI M.		
20	Mercoledì	S. BERNARDINO DA S.		
21	Giovedì	S. VITTORIO MARTIRE		
22	Venerdì	S. RITA DA CASCIA		
23	Sabato	S. DESIDERIO VESCOVO	Aperto 8:45 - 13:00	
24	Domenica	PENTECOSTE	CHIUSO	
25	Lunedì	S. URBANO		
26	Martedì	S. FILIPPO NERI		
27	Mercoledì	S. AGOSTINO		
28	Giovedì	S. ERCOLE		
29	Venerdì	S. MASSIMINO VESCOVO		
30	Sabato	S. FELICE I PAPA	Aperto 8:45 - 13:00	
31	Domenica	SS. TRINITA'	Aperto per Turno 8,45 - 19,30	

giugno 2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



LE GAMBE PESANTI

Con l’arrivo del caldo, molte persone, in particolare le donne, avvertono gambe gonfie, pesanti e stanche. Questi sintomi sono spesso causati da una circolazione venosa e linfatica rallentata. Anche in inverno, scarpe inadatte o lunghe ore in piedi possono aggravare il problema. Alcuni consigli utili: camminare ogni giorno per almeno 20 minuti, mantenere il peso forma con un’alimentazione ricca di fibre e povera di sale e alcol, indossare abiti comodi e scarpe con tacco basso, fare docce fresche alle gambe la sera e dormire con le gambe leggermente sollevate. Il farmacista può suggerire prodotti specifici per dare sollievo. In caso di persistenza, meglio consultare un medico.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: **8,45 - 19,30**

sab: **8,45 – 13,00**

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: **8,45 -12,30 * 15,15-19,30**

sab: **8,45 – 12,30**

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l’Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Lunedì	S. GIUSTINO MARTIRE	
2	Martedì	S. MARCELLINO	FESTA DELLA REPUBBLICA CHIUSO
3	Mercoledì	S. CARLO L.	
4	Giovedì	S. QUIRINO VESCOVO	
5	Venerdì	S. BONIFACIO V.	
6	Sabato	S. NORBERTO V.	Aperto 8:45 - 13:00
7	Domenica	CORPUS DOMINI	CHIUSO
8	Lunedì	S. MEDARDO VESCOVO	
9	Martedì	S. PRIMO	
10	Mercoledì	S. MARCELLA	
11	Giovedì	S. BARNABA AP.	
12	Venerdì	S. GUIDO – S. ONOFRIO	
13	Sabato	S. ANTONIO DA P.	Aperto 8:45 - 13:00
14	Domenica	S. ELISEO	CHIUSO
15	Lunedì	S. GERMANA	
16	Martedì	S. AURELIANO	
17	Mercoledì	S. GREGORIO B.	
18	Giovedì	S. MARTINA	
19	Venerdì	S. GERVASIO	
20	Sabato	S. ETTORE	Aperto 8:45 - 13:00
21	Domenica	S. LUIGI GONZAGA	CHIUSO
22	Lunedì	S. PAOLINO DA NOLA	CHIUSO
23	Martedì	S. LANFRANCO	CHIUSO
24	Mercoledì	NATIV. S. GIOVANNI B.	CHIUSO
25	Giovedì	S. GUGLIELMO AB.	
26	Venerdì	S. VIRGILIO VESCOVO	
27	Sabato	S. CIRILLO D'ALESS.	Aperto 8:45 - 13:00
28	Domenica	S. ATTILIO	CHIUSO
29	Lunedì	SS. PIETRO E PAOLO	
30	Martedì	SS. PRIMI MARTIRI	

luglio 2026

12 Segnali da
ascoltare: la tua
salute mese per mese



MAL DI CALDO

Il caldo intenso può mettere a dura prova l’organismo, soprattutto nei più fragili: anziani, bambini e persone con malattie croniche. Può causare cali di pressione, stanchezza, sudorazione fredda e perfino svenimenti. Il colpo di calore si manifesta anche in ambienti poco ventilati e umidi. Il collasso da calore deriva dalla perdita eccessiva di liquidi e sali. Il colpo di sole, invece, comporta sintomi come febbre alta, pelle arrossata e secca, malessere generale, nausea e vertigini. Per prevenire questi problemi, è fondamentale bere almeno due litri d'acqua al giorno, mangiare frutta e verdura, vestirsi con abiti in fibre naturali, proteggersi con cappelli e creme solari e non esporsi nelle ore più calde. Consultate medico o farmacista per eventuali trattamenti terapeutici.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l’Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Mercoledì	S. TEOBALDO EREM.	
2	Giovedì	S. OTTONE	
3	Venerdì	S. TOMMASO AP.	
4	Sabato	S. ELISABETTA	Aperto 8:45 - 12:30
5	Domenica	S. ANTONIO M.Z.	CHIUSO
6	Lunedì	S. MARIA GORETTI	
7	Martedì	S. CLAUDIO	
8	Mercoledì	S. ADRIANO	
9	Giovedì	S. ARMANDO	
10	Venerdì	S. FELICITA	
11	Sabato	S. BENEDETTO	Aperto 8:45 - 12:30
12	Domenica	S. FORTUNATO M.	CHIUSO
13	Lunedì	S. ENRICO IMP.	
14	Martedì	S. CAMILLO DE LELLIS	
15	Mercoledì	S. BONAVENTURA	
16	Giovedì	N.S. DEL CARMELO	
17	Venerdì	S. ALESSIO CONF.	
18	Sabato	S. FEDERICO V.	Aperto 8:45 - 12:30
19	Domenica	S. GIUSTA	CHIUSO
20	Lunedì	S. MARGHERITA	
21	Martedì	S. LORENZO DA B.	
22	Mercoledì	S. MARIA MADD.	
23	Giovedì	S. BRIGIDA	
24	Venerdì	S. CRISTINA	
25	Sabato	S. GIACOMO AP.	Aperto 8:45 - 12:30
26	Domenica	S. ANNA	CHIUSO
27	Lunedì	S. LILIANA	
28	Martedì	S. NAZARIO	
29	Mercoledì	S. MARTA	
30	Giovedì	S. PIETRO CRISOLOGO	
31	Venerdì	S. IGNAZIO DI L.	

agosto 2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



ILMAL DI PANCIA

Durante i mesi caldi o in viaggio, il mal di pancia può comparire a causa di sbalzi climatici, alimenti avariati, infezioni o farmaci, come gli antibiotici. In molti casi è sufficiente reidratarsi, assumere fermenti lattici e, se necessario, un disinfettante intestinale o antidiarroico. L'apparato digerente, complesso e delicato, è spesso soggetto a disturbi funzionali come la sindrome dell'intestino irritabile, legata a stress e alimentazione disordinata. Bruciori di stomaco e reflusso possono derivare da pasti abbondanti, caffè, alcol, tabacco o farmaci. Anche una digestione lenta può essere fastidiosa. Il farmacista può consigliare prodotti adeguati, ma se i sintomi persistono, è importante consultare il medico.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno
orario invernale
lun-ven: 8,45 - 19,30
sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto
orario estivo
lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30
sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al vostro servizio

1	Sabato	S. ALFONSO	Aperto 8:45 - 12:30
2	Domenica	S. EUSEBIO	CHIUSO
3	Lunedì	S. LIDIA	CHIUSO per FERIE
4	Martedì	S. NICODEMO	CHIUSO per FERIE
5	Mercoledì	S. OSVALDO	CHIUSO per FERIE
6	Giovedì	TRASFIGURAZ. N.S	CHIUSO per FERIE
7	Venerdì	S. GAETANO DA T.	CHIUSO per FERIE
8	Sabato	S. DOMENICO CONF.	CHIUSO per FERIE
9	Domenica	S. ROMANO	CHIUSO per FERIE
10	Lunedì	S. LORENZO MARTIRE	CHIUSO per FERIE
11	Martedì	S. CHIARA	CHIUSO per FERIE
12	Mercoledì	S. GIULIANO	CHIUSO per FERIE
13	Giovedì	S. IPPOLITO	CHIUSO per FERIE
14	Venerdì	S. ALFREDO	CHIUSO per FERIE
15	Sabato	ASS. MARIA VERGINE	CHIUSO per FERIE
16	Domenica	S. ROCCO	CHIUSO per FERIE
17	Lunedì	S. GIACINTO CONF.	
18	Martedì	S. ELENA IMP.	
19	Mercoledì	S. LUDOVICO	
20	Giovedì	S. BERNARDO ABATE	Aperto per Turno 8,45 - 19,30
21	Venerdì	S. PIO X	
22	Sabato	S. MARIA REGINA	Aperto 8:45 - 12:30
23	Domenica	S. ROSA DA LIMA	CHIUSO
24	Lunedì	S. BARTOLOMEO AP.	
25	Martedì	S. LUDOVICO	
26	Mercoledì	S. ALESSANDRO M.	
27	Giovedì	S. MONICA	
28	Venerdì	S. AGOSTINO	
29	Sabato	MART. S. GIOVANNI B.	Aperto 8:45 - 12:30
30	Domenica	S. FAUSTINA	CHIUSO
31	Lunedì	S. ARISTIDE MARTIRE	

settembre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



L'INSONNIA

L'insonnia si manifesta come difficoltà ad addormentarsi o come sonno leggero e poco ristoratore. Può portare a stanchezza, nervosismo e scarsa concentrazione durante il giorno. Può essere legata a disturbi come ipertensione, ansia, depressione, obesità o a condizioni ambientali sfavorevoli, come caldo eccessivo o rumori. Le ricerche indicano che dormire poco incide negativamente sulla salute generale. I farmaci possono essere un supporto, ma non sostituiscono un sonno naturale e rigenerante. Circa il 15% degli italiani soffre di insonnia cronica, in prevalenza donne e anziani. Evitate il fai-da-te con sonniferi o alcol e chiedete consiglio al farmacista; se necessario, rivolgetevi al medico.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA
SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al vostro servizio

1	Martedì	S. EGIDIO ABATE	
2	Mercoledì	S. ELPIDIO VESCOVO	
3	Giovedì	S. GREGORIO M.	
4	Venerdì	S. ROSALIA	
5	Sabato	S. VITTORINO VESC	Aperto 8:45 - 13:00
6	Domenica	S. UMBERTO	CHIUSO
7	Lunedì	S. REGINA	
8	Martedì	NATIV. B.V. MARIA	
9	Mercoledì	S. SERGIO PAPA	
10	Giovedì	S. NICOLA DA TOL	
11	Venerdì	S. DIOMEDE MARTIRE	
12	Sabato	SS. NOME DI MARIA	Aperto 8:45 - 13:00
13	Domenica	S. MAURILIO	CHIUSO
14	Lunedì	ESALTAZ. S. CROCE	
15	Martedì	B.V. ADDOLORATA	
16	Mercoledì	S. CORNELIO	
17	Giovedì	S. ROBERTO B.	
18	Venerdì	S. SOFIA M.	
19	Sabato	S. GENNARO VESCOVO	Aperto 8:45 - 13:00
20	Domenica	S. EUSTACHIO	CHIUSO
21	Lunedì	S. MATTEO APOSTOLO	
22	Martedì	S. MAURIZIO MARTIRE	
23	Mercoledì	S. PIO DA PIETRELCINA	
24	Giovedì	S. PACIFICO CONF.	
25	Venerdì	S. AURELIA	
26	Sabato	SS. COSIMO E DAMIANO	Aperto 8:45 - 13:00
27	Domenica	S. VINCENZO DE P.	CHIUSO
28	Lunedì	S. VENCESLAO M.	
29	Martedì	SS. MICHELE, GABRIELE E RAFFAELE	
30	Mercoledì	S. GIROLAMO DOTTORE	

ottobre 2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



I DISTURBI DELL'UMORE

Con l'arrivo dell'autunno e l'accorciarsi delle giornate, molte persone risentono del cambiamento stagionale sviluppando disturbi dell'umore, noti come SAD (seasonal affective disorders). Sintomi da non sottovalutare sono umore depresso persistente, disturbi del sonno, calo dell'appetito e perdita di energia. In altri casi si osservano sbalzi d'umore anche all'interno della stessa giornata. A volte il disagio emotivo si manifesta attraverso sintomi fisici come dolori diffusi, mal di testa o problemi digestivi, rendendo difficile individuarne l'origine. Il farmacista può suggerire rimedi naturali e orientare verso un aiuto specialistico se necessario.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 - 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 - 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al
vostro servizio

1	Giovedì	S. TERESA DEL B.G.	
2	Venerdì	SS. ANGELI CUSTODI	
3	Sabato	S. GERARDO AB.	Aperto 8:45 - 13:00
4	Domenica	S. FRANCESCO D'ASSISI	CHIUSO
5	Lunedì	S. PLACIDO MARTIRE	
6	Martedì	S. BRUNO AB.	
7	Mercoledì	N.S. DEL ROSARIO	
8	Giovedì	S. PELAGIA	
9	Venerdì	S. FERRUCCIO	
10	Sabato	S. DANIELE M.	Aperto 8:45 - 13:00
11	Domenica	S. FIRMINO VESCOVO	CHIUSO
12	Lunedì	S. SERAFINO CAPP.	
13	Martedì	S. EDOARDO RE	
14	Mercoledì	S. CALLISTO I PAPA	
15	Giovedì	S. TERESA D'AVILA	
16	Venerdì	S. MARGHERITA A.	
17	Sabato	S. RODOLFO	Aperto 8:45 - 13:00
18	Domenica	S. LUCA EVANG.	Aperto per Turno 8,45 - 19,30
19	Lunedì	S. LAURA	
20	Martedì	S. IRENE	
21	Mercoledì	S. ORSOLA	
22	Giovedì	S. DONATO VESCOVO	
23	Venerdì	S. GIOVANNI DA C.	
24	Sabato	S. ANTONIO M.C.	Aperto 8:45 - 13:00
25	Domenica	S. CRISPINO	CHIUSO
26	Lunedì	S. EVARISTO PAPA	
27	Martedì	S. FIORENZO VESCOVO	
28	Mercoledì	S. SIMONE	
29	Giovedì	S. MASSIMILIANO	
30	Venerdì	S. GERMANO VESCOVO	
31	Sabato	S. LUCILLA	Aperto 8:45 - 13:00

novembre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



LA TOSSE

La tosse è un riflesso di difesa dell’organismo per liberare le vie aeree da sostanze irritanti. Non si tratta di una malattia in sé, ma di un sintomo da valutare. Una tosse secca può accompagnare raffreddore, laringite o tracheite, e nei bambini, otite o allergie. Se invece si presenta con catarro, può trattarsi di bronchite o di patologie più serie, specie se è più intensa al mattino nei fumatori. In caso di dolore laterale tossendo, si potrebbe sospettare una pleurite. L’autodiagnosi non è consigliata: meglio rivolgersi al medico e al farmacista per identificare le cause e scegliere il trattamento più adeguato.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA
SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l’Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al vostro servizio

1 **Domenica**
TUTTI I SANTI

CHIUSO

2 **Lunedì**
COMMEMORAZ. DEFUNTI

3 **Martedì**
S. SILVIA

4 **Mercoledì**
S. CARLO BORROMEO

5 **Giovedì**
S. ZACCARIA PROF.

6 **Venerdì**
S. LEONARDO ABATE

7 **Sabato**
S. ERNESTO ABATE

Aperto
8:45 - 13:00

8 **Domenica**
S. GOFFREDO VESCOVO

CHIUSO

9 **Lunedì**
S. ORESTE

10 **Martedì**
S. LEONE MAGNO

11 **Mercoledì**
S. MARTINO DI TOURS

12 **Giovedì**
S. RENATO M.

13 **Venerdì**
S. DIEGO

14 **Sabato**
S. GIOCONDO VESCOVO

Aperto
8:45 - 13:00

15 **Domenica**
S. ALBERTO M.

CHIUSO

16 **Lunedì**
S. MARGHERITA DI S.

17 **Martedì**
S. ELISABETTA

18 **Mercoledì**
S. ODDONE AB.

19 **Giovedì**
S. FAUSTO MARTIRE

20 **Venerdì**
S. BENIGNO

21 **Sabato**
PRESENTAZ. B.V. MARIA

Aperto
8:45 - 13:00

22 **Domenica**
S. CECILIA V.

CHIUSO

23 **Lunedì**
S. CLEMENTE PAPA

24 **Martedì**
CRISTO RE E S. FLORA

25 **Mercoledì**
S. CATERINA D'ALESS.

26 **Giovedì**
S. CORRADO VESCOVO

27 **Venerdì**
S. MASSIMO

28 **Sabato**
S. GIACOMO FRANCO

Aperto
8:45 - 13:00

29 **Domenica**
S. SATURNINO M.

CHIUSO

30 **Lunedì**
S. ANDREA AP.

dicembre

2026

12 Segnali da ascoltare: la tua salute mese per mese



IL MAL DI SCHIENA

Quasi tutti, almeno una volta nella vita, soffrono di mal di schiena. Lo stress, la sedentarietà e posture scorrette sono tra le cause principali. Spesso si tratta di disturbi transitori, ma in alcuni casi il dolore può essere segnale di problemi più seri. Il "colpo della strega" è un esempio di dolore acuto e improvviso, provocato da una contrazione muscolare o da un'inflammatione cronica dovuta a ernia o traumi. È così intenso da limitare i movimenti. Intervenire precocemente aiuta a prevenire complicazioni. Il farmacista può suggerire rimedi naturali o farmacologici, ma è sempre opportuno coinvolgere il medico in caso di persistenza.



ORARIO

Dal 1° Settembre al 30 Giugno

orario invernale

lun-ven: 8,45 - 19,30

sab: 8,45 – 13,00

Dal 1° Luglio al 31 Agosto

orario estivo

lun-ven: 8,45 -12,30 * 15,15-19,30

sab: 8,45 – 12,30

FARMACIA SANTA SILVIA

Corso Sebastopoli, 298
10136 Torino
Tel e Whatsapp 011 322457
Fax 011 3247748
www.farmasilvia.it
e-mail: farmasilvia@tiscali.it

Erboristeria, Omeopatia,
Dermocosmesi,
Autoanalisi, Celiachia, Veterinaria,
Preparazioni Galeniche,
Prodotti per l'Infanzia,
Vaccini.

La Farmacia sempre al vostro servizio

1	Martedì	S. ANSANO	
2	Mercoledì	S. BIBIANA	
3	Giovedì	S. FRANCESCO SAVERIO	
4	Venerdì	S. BARBARA	
5	Sabato	S. GIULIO M.	Aperto 8:45 - 13:00
6	Domenica	S. NICOLA VESCOVO	CHIUSO
7	Lunedì	S. AMBROGIO VESCOVO	CHIUSO
8	Martedì	IMMACOLATA CONC.	CHIUSO
9	Mercoledì	S. SIRO	
10	Giovedì	N.S. DI LORETO	
11	Venerdì	S. DAMASO PAPA	
12	Sabato	S. GIOVANNA F.	Aperto 8:45 - 13:00
13	Domenica	S. LUCIA V.	CHIUSO
14	Lunedì	S. POMPEO	
15	Martedì	S. VALERIANO	
16	Mercoledì	S. ALBINA	
17	Giovedì	S. LAZZARO	
18	Venerdì	S. GRAZIANO VESCOVO	
19	Sabato	S. FAUSTA	Aperto 8:45 - 13:00
20	Domenica	S. LIBERATO MARTIRE	CHIUSO
21	Lunedì	S. PIETRO CANISIO	
22	Martedì	S. FRANCESCA CABRINI	
23	Mercoledì	S. VITTORIA	
24	Giovedì	S. DELFINO	
25	Venerdì	NATALE DEL SIGNORE	CHIUSO
26	Sabato	S. STEFANO PROTOM.	CHIUSO
27	Domenica	S. GIOVANNI AP.	CHIUSO
28	Lunedì	SS. INNOCENTI MARTIRI	
29	Martedì	S. TOMMASO BECKET	
30	Mercoledì	S. RUGGERO	
31	Giovedì	S. SILVESTRO PAPA	