

# giugno

# 2014

## le vitamine



### Vitamina C, o Acido Ascorbico

La Vitamina C, o acido ascorbico, interviene nella sintesi del collagene, in quella dell'adrenalina, della noradrenalina e della dopamina, nella sintesi della carnitina, nel metabolismo dell'istamina e del ferro, nelle reazioni immunologiche antinfettive. Il suo apporto è assicurato da una dieta comprendente frutti quali ribes nero, kiwi, agrumi, mele, pere, pesche, uva, ortaggi come cavoli e cavolfiori, e anche alimenti di origine animale come fegato e latte, anche se in questi è presente in minor quantità. E' instabile all'aria, alla luce, al calore per cui la cottura ne causa l'inattivazione. La carenza di Vitamina C provoca lo scorbuto, caratterizzato da astenia, dolori articolari, emorragie cutanee e alle mucose, specie a livello delle gengive. Gli stati carenziali meno gravi comportano debolezza muscolare, anoressia, astenia, scarsa resistenza alle infezioni. L'apporto consigliato è di 35-100 mg al giorno, che deve essere maggiore nei fumatori (120mg).



### ORARIO

valido tutto l'anno

8,30 - 12,30 / 15,00 - 19,30

CHIUSO IL LUNEDÌ MATTINA

## FARMACIA CAVAGLIÀ

Della Dott.ssa Cavaglia Giuseppina

**SOCIO C.I.S.A.F.**

Strada Torino, 24  
10040 Cumiana (TO)  
Tel 011 9070835  
Fax 011 9070691

#### I nostri servizi:

Misurazione pressione, Autoanalisi,  
Noleggio bilance pesaneonati,  
stampelle, tiralatte, aerosol.

#### I nostri reparti:

Omeopatia, Fitoterapia, Prima infanzia,  
Galenica, Dermocosmesi

La Farmacia sempre al vostro servizio  
ora anche sul web

[www.farmaciacavaglia.it](http://www.farmaciacavaglia.it)

1	<b>Domenica</b> S. GIUSTINO MARTIRE	
2	<b>Lunedì</b> S. MARCELLINO	FESTA DELLA REPUBBLICA
3	<b>Martedì</b> S. CARLO L.LIST	
4	<b>Mercoledì</b> S. QUIRINO VESCOVO	
5	<b>Giovedì</b> ASCENSIONE DEL SIGNORE	☾
6	<b>Venerdì</b> S. NORBERTO VESCOVO	
7	<b>Sabato</b> S. ROBERTO VESCOVO	
8	<b>Domenica</b> S. MEDARDO VESCOVO	
9	<b>Lunedì</b> S. EFREM	CHIUSO AL MATTINO
10	<b>Martedì</b> S. MARCELLA	
11	<b>Mercoledì</b> S. BARNABA AP.	
12	<b>Giovedì</b> PENTECOSTE	
13	<b>Venerdì</b> S. ANTONIO DA P.	Turno fino alle Ore 22,00
14	<b>Sabato</b> S. ELISEO	
15	<b>Domenica</b> S. GERMANA	
16	<b>Lunedì</b> S. AURELIANO	CHIUSO AL MATTINO
17	<b>Martedì</b> S. GREGORIO B.	
18	<b>Mercoledì</b> S. MARINA	
19	<b>Giovedì</b> SS. TRINITA'	☾
20	<b>Venerdì</b> S. ETTORE	
21	<b>Sabato</b> S. LUIGI GONZAGA	
22	<b>Domenica</b> S. PAOLINO DA NOLA	
23	<b>Lunedì</b> S. LANFRANCO VESC.	CHIUSO AL MATTINO
24	<b>Martedì</b> NATIV. S. GIOVANNI B.	
25	<b>Mercoledì</b> S. GUGLIELMO AB.	
26	<b>Giovedì</b> CORPUS DOMINI	
27	<b>Venerdì</b> S. CIRILLO D'ALESS.	●
28	<b>Sabato</b> S. ATILIO	Turno fino alle Ore 22,00
29	<b>Domenica</b> SS. PIETRO E PAOLO	Turno fino alle Ore 22,00
30	<b>Lunedì</b> SS. PRIMI MARTIRI	CHIUSO AL MATTINO