

# luglio

## 2014

### le vitamine



#### Vitamina D o Calciferolo (D2)

La vitamina D è presente in natura sotto diverse forme; le più importanti sono la D3 (coleciferolo) e la D2 (calciferolo). La prima è presente nell'organismo umano e viene sintetizzata a livello cutaneo per azione dei raggi ultravioletti della luce solare. Può essere introdotta con la dieta dato che è presente nell'olio di fegato di pesce dove è associata alla vitamina A, ed inoltre nel fegato di manzo e di vitello, nel latte, nel burro, nei formaggi e nel tuorlo d'uovo. La D2 invece è presente nei vegetali. La vitamina D è indispensabile nell'età pediatrica per la formazione delle ossa e la sua carenza provoca il rachitismo. Nell'adulto la carenza causa l'osteomalacia, analoga al rachitismo, ma con diverse deformazioni ossee. Il fabbisogno giornaliero nell'adulto è di 5 - 7,5 mcg, a seconda dell'età; nel bambino e nel giovane fino a 18 anni è di 10 mcg e la stessa quantità è consigliata alle donne in gravidanza e durante l'allattamento.



#### 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 **Martedì**  
S. TEOBALDO EREM.

2 **Mercoledì**  
S. OTTONE

3 **Giovedì**  
S. TOMMASO AP.

4 **Venerdì** **Turno fino alle**  
S. ELISABETTA **Ore 22,00**

5 **Sabato**  
S. ANTONIO M.Z.

6 **Domenica**  
S. MARIA GORETTI

7 **Lunedì** **CHIUSO AL MATTINO**  
S. CLAUDIO

8 **Martedì**  
S. ADRIANO

9 **Mercoledì**  
S. ARMANDO

10 **Giovedì**  
S. FELICITA

11 **Venerdì**  
S. BENEDETTO

12 **Sabato**  
S. FORTUNATO M.

13 **Domenica**  
S. ENRICO IMP.

14 **Lunedì** **CHIUSO AL MATTINO**  
S. CAMILLO DE LELLIS

15 **Martedì**  
S. BONAVENTURA

16 **Mercoledì**  
N.S. DEL CARMELO

17 **Giovedì**  
S. ALESSIO CONF.

18 **Venerdì**  
S. FEDERICO V.

19 **Sabato**  
S. GIUSTA

20 **Domenica**  
S. MARGHERITA

21 **Lunedì** **CHIUSO AL MATTINO**  
S. LORENZO DA B.

22 **Martedì**  
S. MARIA MADD.

23 **Mercoledì**  
S. BRIGIDA

24 **Giovedì**  
S. CRISTINA

25 **Venerdì** **Turno fino alle**  
S. GIACOMO AP. **Ore 22,00**

26 **Sabato**  
S. ANNA

27 **Domenica**  
S. LILIANA

28 **Lunedì** **CHIUSO AL MATTINO**  
S. NAZARIO

29 **Martedì**  
S. MARTA

30 **Mercoledì**  
S. PIETRO CRISOLOGO

31 **Giovedì**  
S. IGNAZIO DI L.