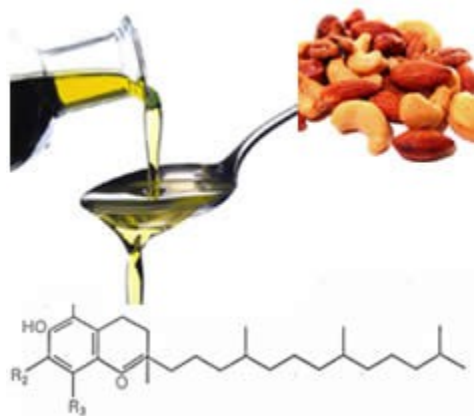


agosto

2014

le vitamine



Vitamina E o Tocoferolo

La vitamina E, o tocoferolo, è presente in natura come a, b, g e d-tocoferolo.

La forma che possiede maggior attività è la "a" ed è questa che di solito viene indicata come vitamina E.

E' presente nell'olio di germe di grano e in genere in tutti gli oli vegetali, ed inoltre in cereali integrali, germe di grano, uova, fegato, legumi, semi oleosi, vegetali a foglie verdi, nocciole, mandorle, noci, pistacchi, arachidi e burro, pesce, latte, carne, uova, fegato.

Ha una funzione antiossidante e svolge un ruolo in molti fenomeni biologici a carico delle membrane cellulari.

La carenza è rarissima, ma un'ipovitaminosi comporta anemia emolitica nei prematuri e, negli adulti, miopatia (danni ai muscoli), compromissione del sistema nervoso centrale e retinopatia.

Il fabbisogno giornaliero è di 10 -12 mg. di a tocoferolo.



aderisce alle iniziative di



ORARIO

8,30 – 12,30 15,00 – 19,00

CHIUSO il
GIOVEDÌ POMERIGGIO
e il
SABATO POMERIGGIO

FARMACIA SIMONDI

della Dott.ssa Simondi Roberta
SOCIO C.I.S.A.F.

Piazza Umberto I, 13
10060 Campiglione Fenile (TO)
tel. 0121 590613 - fax 0121 319721
E-mail:
ROBERTTce@simondiroberta.191.it

I nostri reparti:

Omeopatia, Erboristeria, Cosmesi
anche per pelli intolleranti

I nostri servizi:

Analisi degli alimenti - Analisi del capello per verificare campi di disturbo alimentare -
Analisi delle intolleranze alimentari -
Autoanalisi: glicemia, colesterolo totale e HDL, trigliceridi, acido urico - Posizionamento
Holter pressorio - Determinazione dell'INR
-Noleggio apparecchi aerosol, bilancia pesaneonati, Tiralatte Medela e Chicco, Stampelle.

La Farmacia sempre al tuo servizio
www.farmaciasimondi.it

1 **Venerdì**

S. ALFONSO

2 **Sabato**

S. EUSEBIO

CHIUSO AL POMERIGGIO

3 **Domenica**

S. LIDIA

4 **Lunedì**

S. NICODEMO



5 **Martedì**

S. OSVALDO

6 **Mercoledì**

TRASFIGURAZ. N.S

7 **Giovedì**

S. GAETANO DA T.

CHIUSO AL POMERIGGIO

8 **Venerdì**

S. DOMENICO CONF.

9 **Sabato**

S. ROMANO

CHIUSO AL POMERIGGIO

10 **Domenica**

S. LORENZO MARTIRE



11 **Lunedì**

S. CHIARA

12 **Martedì**

S. GIULIANO

13 **Mercoledì**

S. IPPOLITO

14 **Giovedì**

S. ALFREDO

CHIUSO AL POMERIGGIO

15 **Venerdì**

ASS. MARIA VERGINE

16 **Sabato**

S. ROCCO

CHIUSO AL POMERIGGIO

17 **Domenica**

S. GIACINTO CONF.



18 **Lunedì**

S. ELENA IMP.

19 **Martedì**

S. LUDOVICO

20 **Mercoledì**

S. BERNARDO ABATE

21 **Giovedì**

S. PIO X

CHIUSO AL POMERIGGIO

22 **Venerdì**

S. MARIA REGINA

23 **Sabato**

S. ROSA DA LIMA

CHIUSO AL POMERIGGIO

24 **Domenica**

S. BARTOLOMEO AP.

25 **Lunedì**

S. LUDOVICO



26 **Martedì**

S. ALESSANDRO M.

27 **Mercoledì**

S. MONICA

28 **Giovedì**

S. AGOSTINO

CHIUSO AL POMERIGGIO

29 **Venerdì**

MART. S. GIOVANNI B.

30 **Sabato**

S. FAUSTINA

CHIUSO AL POMERIGGIO

31 **Domenica**

S. ARISTIDE MARTIRE