

## Pelle d'autunno

Al rientro dalle vacanze, tra settembre e novembre, può accadere che perdendo l'abbronzatura la pelle del corpo risulti macchiata.

Le macchie solari sono un inestetismo alquanto comune. Causate da una produzione non omogenea di melanina. Colpiscono soprattutto viso e collo.

Spesso il problema si verifica dopo un'esposizione ai raggi solari troppo intensa e non costante nel tempo. Ma non è il sole l'unico colpevole. Nelle donne la loro comparsa può essere dovuta a modificazioni ormonali; se per esempio si assumono contraccettivi orali, se si segue una terapia ormonale sostitutiva in menopausa o durante la gravidanza.

I rimedi per eliminarle ci sono. Esistono creme ad azione levigante che favoriscono il ricambio cellulare della cute macchiata. Sono a base di arbutina, acido cogico, vitamina C e acido azelaico.

Ottime pure le emulsioni a base di vitamina E che sono necessarie per una buona idratazione. Basta chiedere al banco cosmesi in farmacia.

Ogni tipo di trattamento schiarente va eseguito per almeno due mesi applicando le creme tutti i giorni mattina e sera.

Naturalmente poi le zone colpite dall'inestetismo vanno assolutamente difese dal sole, anche in autunno e in inverno, con filtri solari a schermo totale.

Ultimo consiglio. Anche l'alimentazione è utile. Bisogna mangiare tanta frutta e verdura. Pesche, kiwi, albicocche e pomodori svolgono azione antiossidante e, essendo ricchi di acqua, idratano dall'interno.

Una buona idratazione dell'organismo resta infatti la migliore arma sia di prevenzione che di cura per ogni tipo di problema legato alla pelle.

**Maria Grutt**  
DIRETTORE RESPONSABILE

## Incontri a tema II edizione

Dal 14 ottobre al 10 dicembre la "Sala Polivalente della Farmacia Europa" ospita la seconda edizione degli "Incontri a tema" manifestazione organizzata da Antea Cassino, Direzione Donna Cassino (entrambe presiedute dalla d.ssa Iris Volante) ed Archeoclub Cassino (presidente prof.ssa Ione Lepore Vettese). Quest'anno tra gli organizzatori figura anche la Onlus "Silvia Amato" che parteciperà con interessanti iniziative di prevenzione sanitaria.

La manifestazione sarà strutturata in tre cicli il primo dei quali "Autunno, cadono le foglie" è articolato in cinque incontri e terminerà prima di Natale. Il secondo ed il terzo ciclo si collocheranno rispettivamente tra Natale e Pasqua e tra Pasqua e metà maggio. Questa distinzione in tre cicli consentirà di presentare un programma di maggiore attualità ed interesse.

Prevenzione, automedicazione e terapia saranno, come al solito il trait d'union dei numerosi incontri.

La formula proposta (una relazione di circa 30-40 minuti ed un dibattito di eguale durata) già sperimentata nella prima serie

di incontri ed apprezzata dai partecipanti sarà mantenuta anche in questa occasione. Nel primo incontro (martedì 14 ottobre ore 16,30) il dr. Antonio di Blasio racconterà la storia della Clinica che ha fondato "dalle macerie dell'immediato dopoguerra ad oggi". Il ciclo degli incontri sarà concluso dalla dottoressa Liliana Pacitto che parlerà della convivenza domestica con i piccoli animali ("mi hanno regalato un gatto" mercoledì 10 dicembre Ore 16,30).

Il programma è disponibile nell'ultima pagina di copertina e sul sito della farmacia, all'indirizzo [www.farmaciaeuropa.net](http://www.farmaciaeuropa.net).

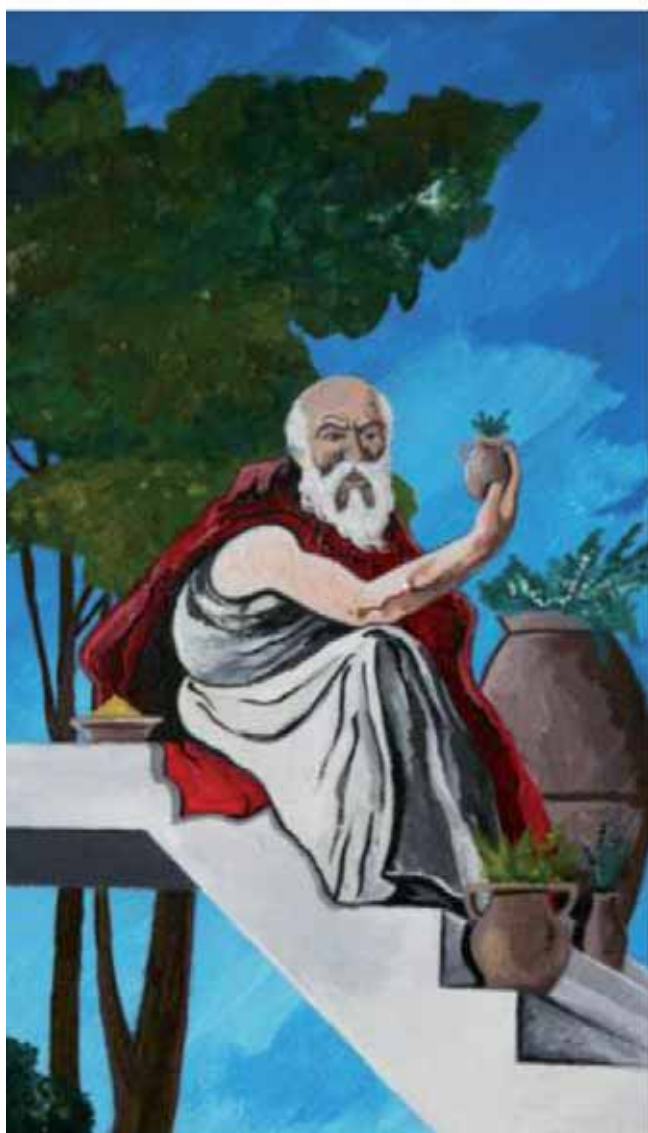
**NON MANCATE.**

*INCONTRI A TEMA – II EDIZIONE*

# **Arriva l'autunno, cadono le foglie**

*PROGRAMMA DELLA MANIFESTAZIONE*

*SALA POLIVALENTE FARMACIA EUROPA – VIA BOTTICELLI 34, CASSINO*



Martedì 14 ottobre ore 16,30

**dr. Antonio di Blasio**

direttore sanitario - Casa di Cura S. Anna Cassino

*la storia della clinica,  
dalle macerie del dopoguerra ad oggi*

Mercoledì 29 ottobre ore 16,30

**dr.ssa Gina Martino**

specialista gastroenterologia, endoscopia digestiva

*ulcera e gastrite tra prevenzione,  
automedicazione e terapia*

Martedì 11 novembre ore 16,30

**d.ssa Iris Volante**

specialista Ostetricia e ginecologia

*l'osteoporosi tra prevenzione e terapia*

Mercoledì 25 novembre ore 16,30

**dr. Carmelo Palombo**

Specialista Allergologia

*le patologie allergiche nella stagione invernale*

Mercoledì 10 dicembre ore 16,30

**dr.ssa Liliana Pacitto**

Medico Veterinario

*mi hanno regalato un gatto*

ORGANIZZATO DA:

ANTEA CASSINO, ARCHEOCLUB CASSINO,  
DIREZIONE DONNA CASSINO e ONLUS SILVIA AMATO