



**FARMACIA  
SAN NAZARIO**  
Via Tolaj, 4 - Villarbasse (TO)  
tel 011 952109

# Gennaio 2025

## IN FARMACIA UN ANNO DI PROPOSTE PER LA TUA SALUTE



### IN FARMACIA PUOI:

1. Scegliere un'alimentazione sana e bilanciata con il piatto di Harvard
2. Coordinare mente e corpo
3. Controllare l'assunzione degli zuccheri
4. Monitorare la composizione corporea con la Bilancia Impedenziometrica
5. Monitorare il Profilo Lipidico
6. Monitorare la Pressione Sanguigna
7. Effettuare Analisi Genetica/Epigenetica-Genage
8. Valutare Microbiota intestinale - Biomaplan

Se ti chiedono "Qual è la cosa a cui tieni di più?", molto probabilmente risponderai "la salute".  
E se poi ti chiedono "cosa fai tutti i giorni per la tua salute?", forse non sapresti cosa rispondere...

#### Non solo salute: la prospettiva economica e sociale

L'estensione dell'healthspan (l'aspettativa di vita sana) è un obiettivo primario non solo in ambito sanitario, ma anche sociale, economico ed assicurativo. Infatti, l'allungamento della durata della vita e l'invecchiamento della popolazione stanno aprendo scenari che solo fino a pochi anni fa erano difficili da ipotizzare.

#### Longevity medicine

Il termine Longevity è molto in uso negli ultimi anni e per alcuni aspetti già "abusato".

Affiancandogli la parola Medicine, possiamo però comprenderne il valore fondamentale per una visione più moderna e "vera" della salute, destinata a svilupparsi nel tempo: la medicina della longevità.

In questo contesto, l'obiettivo finale non è semplicemente allungare gli anni di vita, ma aumentarli allungando significativamente quelli attivi ed in salute.

I nuovi codici ICD-11 dell'OMS riconoscono l'invecchiamento come una condizione medica curabile. Questa è la rivoluzione in cui si radica la longevity medicine: l'invecchiamento non è più una condizione medicalmente inevitabile, ma una situazione che può essere gestita. Invecchiare **bene** diventa una scelta.

Il processo di invecchiamento biologico, inoltre, è il principale fattore che contribuisce a tutte le malattie non trasmissibili ed è la principale causa di disabilità nel mondo. Tuttavia, agendo sull'aging biologico abbiamo il potere di ridurre o evitare il rischio che tutto ciò si avveri, o fare in modo che si avveri solo molto vicino alla fine della nostra esistenza.

La ricerca sull'invecchiamento biologico e la sua traduzione in strategie di intervento pratiche contribuiranno alla salute e al benessere di tutti i circa 8 miliardi di persone che condividono il nostro pianeta. L'invecchiamento sano ed attivo è talmente importante che il decennio 2021 - 2030 è stato battezzato dall'OMS la Decade of Healthy Ageing, con gli obiettivi di promuovere strategie mirate alla longevità a tutto tondo, in tutto il Mondo.

#### 1 Mercoledì

MARIA MADRE DI DIO

#### 2 Giovedì

S. BASILIO VESCOVO

**ORARIO**

**8:30 - 12:30**

**15:30 - 19:30**

#### 3 Venerdì

S. GENOVEFFA

**ORARIO**

**8:30 - 12:30**

**15:30 - 19:30**

#### 4 Sabato

S. ERMETE

**ORARIO**

**9:00 - 13:00**

**16:00 - 19:00**

#### 5 Domenica

S. AMELIA

#### 6 Lunedì

EPIFANIA DI N.S.

#### 7 Martedì

S. LUCIANO



#### 8 Mercoledì

S. MASSIMO

#### 9 Giovedì

S. GIULIANO MARTIRE

#### 10 Venerdì

S. ALDO EREMITA

#### 11 Sabato

S. IGINO PAPA

#### 12 Domenica

S. MODESTO M.

#### 13 Lunedì

S. ILARIO



#### 14 Martedì

S. FELICE M

#### 15 Mercoledì

S. MAURO ABATE

#### 16 Giovedì

S. MARCELLO PAPA

**RICHIEDI IL TEST EPIGENETICO**

#### 17 venerdì

S. ANTONIO ABATE

#### 18 Sabato

S. LIBERATA

#### 19 Domenica

S. MARIO MARTIRE

#### 20 Lunedì

S. SEBASTIANO

#### 21 Martedì

S. AGNESE



#### 22 Mercoledì

S. VINCENZO MARTIRE

#### 23 Giovedì

S. EMERENZIANA

#### 24 Venerdì

S. FRANCESCO DI SALES

#### 25 Sabato

CONVERS. DI S. PAOLO

#### 26 Domenica

S. PAOLA

#### 27 Lunedì

S. ANGELA MERICI

#### 28 Martedì

S. TOMMASO D'AQ.

#### 29 Mercoledì

S. CESARIO



#### 30 Giovedì

S. MARTINA

#### 31 Venerdì

S. GIOVANNI BOSCO



**ORARIO**

LUN - MAR - GIO - VEN Continuato 8:00 - 19:30

MER 8:00 - 13:00 / Pomeriggio CHIUSO

SAB 9:00 - 13:00 / 16:00 - 19:00

**GENAGE®**

L'approccio scientifico e personalizzato per prolungare la giovinezza di corpo e mente

