# infoLÍDER

INTERÉS POR NUESTRA GENTE

@LIDERCBA - WWW.FARMACIASLIDER.COM.AR

Edición n° 38

1era. Publicación 2021

# 25 AÑOS JUNTOS

# y vamos por más!

## *Próximas aperturas nuevas Sucursales Líder*

- Suc. Líder Mall Punto W - Intercountry Villa Warcalde
- Suc. Líder E53 - Frente rotonda Talar de Mendiolaza

Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicación digital de difusión gratuita autorizada por el Ministerio de Salud y el Colegio de Farmacéuticos, ambos de la Provincia de Córdoba. Los artículos publicados fueron elaborados por Laboratorios y Profesionales Médicos, los cuales son responsables de los mismos.

ACCU-CHEK® Guide

Roche

# SINCRONIZA AUTOMATICAMENTE TUS DATOS CON mySugr

Los datos del medidor Accu-Chek Guide se sincronizan automáticamente mediante Bluetooth con mySugr.

Es por eso que mySugr te acompaña día a día y le dice adiós a los registros manuales.

Para obtener más información, visitá www.accu-chek.com.ar ó comunícate al **0800-333-6365**

¡Descarga ahora la aplicación mySugr!

Conexión con mySugr

Consíguelo en el App Store

DISPONIBLE EN Google Play

Ensayo orientativo para la autodetección de la glucemia, sin valor diagnóstico. Lea atentamente las instrucciones de uso. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Accu-Chek, Accu-Chek Guide, Accu-Chek FastClix y mySugr son marcas registradas de Roche. 2021. Autorizado por ANMAT: Accu-Chek Guide Certificado N°008576, Accu-Chek FastClix PM-2276-5, mySugr PM-2276-9.
Validar compatibilidad de smartphones en sitio web de mySugr. Roche Diabetes Care Argentina S.A. Rawson 3150 (B1610BAL) - Ricardo Rojas Tigre - Buenos Aires
Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

# 25 años Juntos!

Aniversario número 25… mucho para recordar, para agradecer. Cuántas satisfacciones y momentos difíciles como el que estamos transitando.
La pandemia nos pone a prueba una vez más. ¿Cómo logramos que el temor o el estrés no repercutan en el rendimiento diario? Quiénes apreciamos realmente a la Empresa dando lo mejor de nosotros en los diversos puestos laborales, continuemos haciendo del obstáculo el mejor aliciente para seguir trabajando. Un gran equipo humano nos acompaña que con sentido de pertenencia, trabajo arduo, fe y honestidad posicionan a nuestra Empresa entre los grandes competidores del rubro.

Agradecemos especialmente a clientes y proveedores "con ellos y por ellos" crecemos y aprendemos. El apoyo, la fidelidad y confianza que nos brindan hacen posible que seamos lo que somos hoy.
Este Aniversario particularmente nos llena de orgullo porque seguimos adelante, sin claudicar.
Pensemos en grande, estemos preparados para nuevos desafíos recordando que…

MANTENERNOS JUNTOS FUÉ, ES Y SERÁ SIEMPRE NUESTRA FUERZA MOTORA EMPRESARIAL.

GRACIAS!

**Familia Líder.**

**D.T. Sucursales Farmacias Líder:**
**General Paz 258:** García Stefanía Noelia - M.P.7225, Ledesma Darío Fabián - M.P.3873/ **Belgrano 66:** Barrionuevo Valeria Silvina - M.P.7503, De La Cruz Norma Alicia - M.P.7432 / **Humberto Primo 208:** Vivas Fernanda Beatriz - M.P.5688, Ghibaudo Marina Soledad - M.P.7838 / **Santa Rosa 794:** Specchiale Viviana Graciela - M.P.4056, Hanun Nydia Dalila - M.P.6656 / **O´Higgins 5845:** Caro Victor Eduardo - M.P.6680, Salto María Alejandra - M.P.6312 / **Oncativo 1366:** Gigena Débora María - M.P.6812, Kremr Yanina - M.P.7485 / **Rafael Núñez 4220:** Requena María Inés - M.P.7414, Bottani Claudia Zulema - M.P.6370 / **Jujuy 520:** Brizuela Celene Ivana - M.P.6613, Avila María Andrea - M.P.7199 / **Santa Rosa 1565:** Silvestri Cecilia Andrea - M.P. 7849, Heredia Jessica Soledad - M.P. 7129 / **Laprida 41:** Ellena Jenni Romina - M.P.7157, Braconi Antonella - M.P. 7487 / **Colón 820:** Rojas Hernández Gabriela - M.P.7212, Rivero Lidia Verónica - M.P.7276 / **Ricchieri 3316:** Bianchini Antonela - M.P.7725 / Arriola María Fernanda - M.P:7419. / **Recta Martinolli 7415:** Arietti María Florencia - M.P.6995 / Cano Gerardo Ariel - M.P. 7835/**Droguería:** Fiori Laura Andrea - M.P. 6431.

*Dr. Héctor Pedicino - Entrevista de nuestro periodista Nacho Alcántara.*

# Los niños y el Covid.

**La pandemia nos enfrenta constantemente con nuevos desafíos, como padres, como hijos, como simples habitantes de un lugar o como profesionales. El desarrollo de la misma es un camino de información y evolución, por eso para sacarnos las dudas sobre el impacto del virus sobre los niños, que mejor que preguntárselo al Dr. Héctor Pedicino.**

***INFOLIDER:*** *Los niños siempre se acomodan a las situaciones, y muchas veces ellos nos enseñan cosas; ¿podrán sacar algo positivo de la vida en pandemia?*

***DR. PEDICINO:*** *No sé bien si podrán sacar algo positivo de la Pandemia, ojalá lo hicieran. Ojalá entiendan que la solidaridad es un principio fundamental para la sociedad, ojalá que los adultos podamos haberle enseñado que hay que cuidarse, que la salud depende mucho de los cuidados que tengamos de ella. Que depende mucho del cuidado que tengamos del ambiente, que hay que respetar las normas, que hay que ser respetuoso con los demás, del cuidado que tenemos que tener para protegernos nosotros, pero también para cuidar al otro.*

*Quizás estos sean conceptos que pueden haber aprendido, o que quizás, deberían hacerlo si los adultos hemos sido lo suficientemente inteligentes como para hacérselos notar.*

*De esto no se salva nadie solo, el individualismo y el egoísmo no son los mejores caminos para que podamos vivir en una sociedad mejor.*

***INFOLIDER:*** *En este 2021, hay que tener mayores cuidados por la vuelta de los niños a clases presenciales y su interacción con los demás; ¿cómo mantenemos a los chicos sanos?*

***DR. PEDICINO:*** *Si, este año vamos a tener más patologías que el año pasado y la forma de mantenernos sanos es cuidándonos, observando las medidas de precaución como es en el caso del COVID, con lavado de manos, uso del barbijo o distanciamiento.*

*Pero en líneas generales nos mantenemos bien comiendo sano, con actividad física, de controles periódicos con el pediatra y fundamentalmente con la vacunación completa.*

***INFOLIDER:*** *¿Los niños en algún momento entrarán en la campaña de vacunación COVID?*

***DR. PEDICINO:*** *Hay dos o tres líneas de investigación para que la vacuna del COVID se pueda utilizar en niños. Hay una en USA que busca vacunar jóvenes de entre 12 y 19 años, y otra en Inglaterra que investiga en niños de entre 5 y 12 años. En algún momento como ha pasado históricamente en la historia de la pediatría, la medicina del adulto y los tratamientos del adulto, lo vamos acomodando y probablemente en algún momento los podamos usar, pero no creo que vaya a ser en una próxima etapa, me parece que va a ser una etapa posterior.*

***INFOLIDER:*** *¿Un niño que haya tenido COVID puede tener o se ha observado en estudios, alguna secuela física o neurológica?*

***DR. PEDICINO:*** *No hay descriptos por lo menos hasta ahora con la casuística que haya habido casos de secuelas en niños por COVID. Sin embargo las nuevas cepas, las mutaciones que va teniendo el germen pueden ocasionar modificaciones en las conductas.*

*Por otro lado, no es tan largo el tiempo que lleva la pandemia como para que nosotros podamos evaluar efectos a largo plazo, no tan solo en los niños sino también en los adultos.*

***INFOLIDER:*** *¿Los miedos de los niños al COVID, nos llevarán a una sociedad futura con mayores cuidados en temas de salud, tomarán conciencia de la prevención como palabra clave?*

***DR. PEDICINO:*** *Ojalá que los niños tengan más cuidados sobre su salud, y que los adultos los ayudemos a conocer que mucho de la salud que ellos tengan dependerá de su auto cuidado.*

*Hay algunos avances claves, como el uso de barbijos que probablemente queden para las afecciones respiratorias, la posibilidad de jugar al aire libre, disminuir el tiempo que insumen las pantallas en sus vidas, aumentando la actividad física lúdica, aumentando la alimentación saludable, disminuyendo aquellas alimentaciones poco saludables como snack, o el exceso de golosinas o gaseosas.*

*Yo creo que a la pandemia deberíamos utilizarla como un gran aprendizaje, para que la sociedad toda vea en la prevención y en la salud que el equipo de salud está siempre para ayudarlos, y que vea la posibilidad de utilizarlos para que sean mecanismos protectores.*

***Dr. Hector Pedicino***
Médico pediatra / Presidente Sociedad Argentina de Pediatría, Córdoba.

SIN ABRASIVOS LIMPIA PROTEGE

**JM Cleaner forma una capa protectora sobre el cristal.**

**Repele el polvo, la suciedad y los aceites.**

**Además, evita la condensación y es antiempañante.**

Pedilo en ópticas y farmacias.

@jm.cleaner
JM-Cleaner
@CleanerJm
jm-cleaner.com

LIMPIA NUEVO ANTIEMPAÑANTE

*Allegra - Lab. Sanofi*

# Rinitis alérgica y su impacto en la calidad de vida.

La rinitis alérgica (RA) se encuentra entre las enfermedades más comunes en todo el mundo y generalmente persiste durante toda la vida. Se ha estimado que la prevalencia de RA es aproximadamente del 2% al 25% en niños y del 22% a más del 40% en adultos.

Los síntomas más clásicos son estornudos, rinorrea, congestión nasal y síntomas oculares. La rinoconjuntivitis alérgica se asocia con picazón y enrojecimiento de los ojos y lagrimeo. La RA está frecuentemente asociada con asma; aproximadamente el 40% de las personas con RA padecen asma, y del 60 al 80% de los pacientes que padecen asma tienen RA.

La RA reduce la calidad de vida de las personas, lo que altera la calidad del sueño, la función cognitiva, provoca irritabilidad y fatiga. La RA está asociada con una disminución en el rendimiento escolar y laboral.

Afortunadamente, el tratamiento apropiado de RA mejora los síntomas, la calidad de vida y el desempeño laboral y escolar.

**Existen tres enfoques principales para tratar la RA:** en primer lugar, tomar medidas para reducir la exposición a los alérgenos; en segundo lugar, utilizar farmacoterapia; y en tercer lugar, la inmunoterapia es una posible opción para algunos pacientes. Las herramientas farmacoterapéuticas comprenden antihistamínicos y corticosteroides nasales, entre otros.

La Fexofenadina es un antihistamínico de segunda generación y un metabolito activo, es decir tiene menor riesgo de falta de la actividad por no activación de la pro-droga. Demostró tener un rápido inicio de acción (1 hora) en el alivio de los síntomas asociados a la RA.

Recientemente Sanofi lanzó Allegra 60 mg. que alivia los síntomas asociados a la RA y también puede utilizarse para la reducción del prurito (picazón), ronchas de la piel y sarpullidos. En adultos y niños a partir de 16 años, la dosis recomendada es 1 comprimido (60 mg.) dos veces al día. Ingeridos con agua, antes de las comidas •

Bibliografía:
Bousquet J, Khaltaev N, Cruz AA, Denburg J, Fokkens WJ, Togias A, et al. Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma (ARIA) 2008 update (in collaboration with the World Health Organization, GA
Katelaris CH, Lee BW, Potter PC, Maspero JF, Cingi C, Lopatin A, et al. Prevalence and diversity of allergic rhinitis in regions of the world beyond Europe and North America. Clin Exp Allergy 2012; 42:186-207.
Meltzer EO, Casale TB, Nathan RA, Thompson AK. Once-daily fexofenadine HCL improves quality of life and reduces work and activity impairment in patients with seasonal allergic rhinitis. Ann Allergy Asthma Immunol. 1999 Oct;83(4):311-7
Van Cauwenberge P, Juniper EF, and the STAR study investigating group. Clinical and Experimental Allergy, 2000;30:891-9

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

Ibupirac
IBUPROFENO

# ¿Dolor o fiebre?

Hay un **Ibupirac** para vos

Si pedís ibuprofeno,
**que sea Ibupirac.**

Pfizer LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO. Pfizer S.R.L - Carlos Berg 3669. C.A.B.A. www.pfizer.com.ar.

**Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

*Apósitos Biatain Silicone - Coloplast*

# Actualización en curación de las heridas.

**Existe evidencia que desde la prehistoria, a la humanidad le ha interesado y ha buscado la forma de curar las heridas. Desde sus inicios en el arte de la curación se recurría a medios naturales, como las plantas, sus raíces, frutos y hojas, la miel y el azúcar, también se usaron vendajes con aceites e inciensos para evitar su mal olor, se discrepaba si tenían que estar expuestas para que les de el sol o el aire, o cubiertas para evitar su infección. Algunas de esas costumbres todavía hoy en día se siguen aplicando.**

En la actualidad con el conocimiento de las enfermedades que causan las heridas crónicas, el profundo estudio del complejo proceso de cicatrización y con el avance de la tecnología, se cuenta con las herramientas para que los pacientes logren acortar el proceso de curación con la mejor calidad de vida posible.

Las úlceras son las heridas crónicas más frecuente que podemos padecer, las mismas son generalmente la manifestación de alguna enfermedad de base, por lo cual el tratamiento de esta última es el pilar fundamental para lograr el objetivo de curación de la herida. Ejemplo de esto son las úlceras venosas, cuya enfermedad de base sería la insuficiencia venosa crónica, manifestándose con dilataciones varicosas y cambios de coloración en la piel, otro ejemplo las úlceras del pie en los pacientes con diabetes. Por este motivo los pacientes deben ser valorados por distintos especialistas que estén comunicados entre sí, esto es lo que se llama un enfoque interdisciplinario.

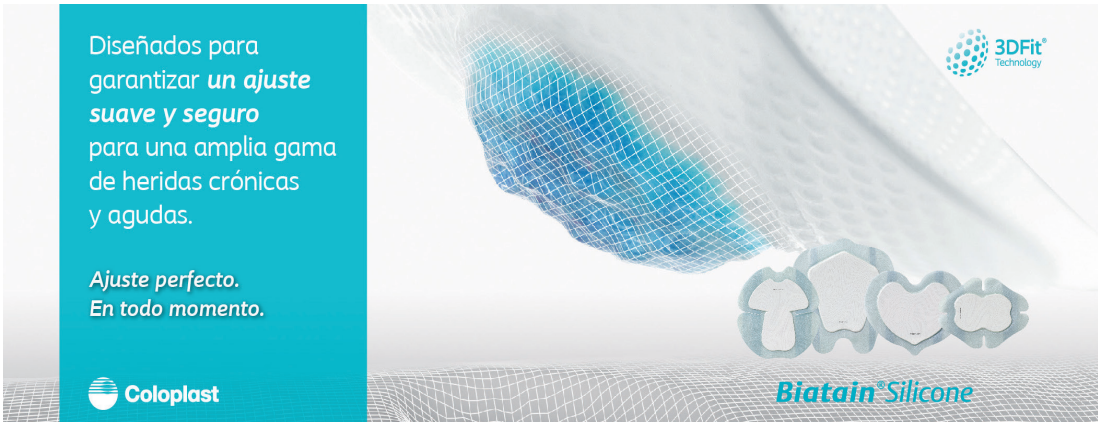
Al mismo tiempo en que se controlan las enfermedades de base que padece el paciente y las patologías causales de la úlcera, se debe dar importancia al tratamiento local del lecho de la herida. En una úlcera se debe valorar la característica del lecho, lo normal es que tenga color rojo y superficie granulada (tejido de granulación), si tiene una superficie amarillenta o con tejidos pardo negruzco no es una herida en vías de curación. Es importante valorar el exudado (líquido que sale de la úlcera mal llamado supuración), este exudado en condiciones de una úlcera sana es leve (humedece una gasa durante el día), sin olor y de color transparente a cetrino. Si el exudado es moderado a severo retrasa la cicatrización y si tiene mal olor, es espeso y de color amarillo son indicios de posible infección. Los bordes de la úlcera y la piel circundante también es muy importante brindarle cuidado y prestarle atención a su aspecto, ya que a partir de ellos las células darán origen a la nueva piel que cubrirá la herida.

**Las curaciones de las heridas se pueden realizar de dos formas, una básica o tradicional utilizando cremas y vendajes con gasas, y otra de forma avanzada utilizando apósitos y dispositivos especiales. Esta última forma es la que hoy en día les brinda a los pacientes una mayor comodidad, velocidad y seguridad en el modo de curar las heridas.**

**Existen apósitos que le permiten al paciente tener que realizar su curación cada 7 días, controlar el exudado, combatir el dolor y la infección según corresponda en cada caso.**

**Para finalizar sugiero siempre consultar con especialistas para la valoración de las heridas y evitar completamente la aplicación de curaciones caseras o sugeridas por algún familiar o allegado por experiencias personales, ya que cada individuo es diferente y requiere de un tratamiento personalizado.**

***Dr. Sergio Vacca***
*Especialista en Cirugía Vascular Periférica, Flebología.*
*Clínica Universitaria Reina Fabiola.*




Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

NUTRICIA • Bagó
LIFE-TRANSFORMING NUTRITION

# Vital

¡SIN AZÚCAR!*

Vital C: Leche modificada en polvo, para niños a partir de los 2 años. Fortificada con vitamina C. Libre de gluten. SIN T.A.C.C. Complemente la alimentación de niños mayores a 2 años. No es un sucedáneo de la leche materna. *Corresponde a sacarosa (azúcar común de mesa). Vital 4 fibra plus : Leche modificada en polvo para niños a partir de los 2 años. Libre de gluten. Sin T.A.C.C. AVISO IMPORTANTE: La leche materna es la mejor alimentación para tu hijo. Cuando ésta no es posible o es insuficiente, el pediatra es quien mejor puede aconsejar el tipo de alimento a brindar.

**Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

*Prof. Esteban Cichello Hubner - Entrevista de nuestro periodista Nacho Alcántara*

# El valor de la superación.

**Su vida comenzó en la Falda, Córdoba, se encontró con situaciones de extrema pobreza y siempre se autoimpuso un camino de superación que hoy lo encuentra como Profesor de la Universidad de Oxford, autor, habla 7 idiomas, terminó 5 carreras universitarias y sigue soñando con una vida en ascenso.**

***INFOLIDER:*** *¿Cuál es la forma de fijarse objetivos?*

***PROF. CICHELLO HUBNER:*** *Creo que uno debe fijarse objetivos en el cumplimiento de los sueños que tenga, teniendo en cuenta la realidad y la factibilidad de la concreción de ese sueño. Si mi objetivo es tener un avión, entonces tendría que fijarme un primer paso, que sería por ejemplo tener una bicicleta, luego una moto, un autito, una camioneta, un camión, un helicóptero, una avioneta, hasta tener el avión. Es decir tienen que ser sueños objetivos realistas y enfocarlos sin distracciones y hacer todo lo posible hasta dar a luz ese sueño. Yo creo que un sueño no cumplido es una frustración que uno acarrea en la vida, pero si los sueños son reales y nos concentramos en ellos se pueden cumplir. Hay mucha gente que sueña y no está dispuesta a dar los primeros pasos; pienso que esa es la forma ideal de fijarse objetivos, que sean realistas, claros y no distraerse hasta alcanzarlos.*

***INFOLIDER:*** *¿Se puede soñar o siempre hay que tener los pies sobre la tierra?*

***PROF. CICHELLO HUBNER:*** *Bueno es una combinación de ambas cosas, yo cuando soñaba subir al Obelisco me decían que era un iluso que nunca lo iba a lograr, pero era un sueño realizable, me costó varios años, prepararlo, gestarlo, hasta darlo a luz, pero si yo hubiera soñado con ir a la luna, seguramente no lo hubiera cumplido. Entonces uno tiene que tener los pies sobre la tierra pero no por ello dejar de soñar en grande. Los sueños son motivadores, nos ayudan a levantarnos cada mañana, con buena actitud y dirección hacia nuestros objetivos.*

***INFOLIDER:*** *¿Cuáles son las claves de la superación?; de vivir en un rancho sin luz ni agua a llegar hoy a ser profesor de Oxford.*

***PROF. CICHELLO HUBNER:*** *Sin lugar a dudas, la clave de la superación es la perseverancia, tener*

*en cuenta que sin sacrificio no hay beneficio, que el trabajo constante y el esfuerzo dan resultados; yo creo que es clave y yo lo demostré al salir de un rancho paupérrimo con piso de tierra y techo de chapa, sin luz ni agua y poniendo esta fórmula en práctica que sin sacrificio no hay beneficio, pude comenzar a trabajar a los 9 años de edad, y cada vez avanzar más en la vida, hasta llegar a ser hoy docente en la Universidad de Oxford. Yo creo que esa fue la fórmula LA PERSEVERANCIA, LA CONSTANCIA Y EL SACRIFICIO.*

***INFOLIDER:*** *¿Cómo hacemos para no claudicar ante las malas experiencias en la vida, para seguir con una mirada positiva?*

***PROF. CICHELLO HUBNER:*** *Yo creo que los obstáculos son muy importantes, el fracaso es formativo, el caerse, el no pasar exámenes, el fallar. Yo no pude pasar un montón de exámenes en mi vida. Muchas veces me discriminaban, por piojoso, por sucio, por petiso, ya de más grande por no tener músculos para cargar equipaje en un hotel donde*

*trabajaba. Todos esos obstáculos nos hacen más fuertes, y uno tiene que tener la fortaleza mental y psicológica para enfrentar esos obstáculos y volverse a levantar, porque sino uno se deprime y se estanca. Yo creo que viene de adentro de uno, de los principios, de los valores que uno lleva. Creo que todos tenemos esta energía, solo que algunos la tienen oxidada. Es inherente del ser humano buscar estar mejor. A mí me ayudó mucho pensar en positivo, el tener una actitud positiva en la vida. Pensar y hablar en positivo, es muy importante, las palabras que usamos también, porque somos lo que hablamos y si hablamos constantemente con palabras negativas tendremos esa actitud negativa frente a la vida. El vivir en positivo nos ayuda muchísimo, si no estamos acostumbrados a hacerlo, primero uno lo tiene que poner en práctica conscientemente y con el tiempo pasa a ser parte del carácter de uno.*

***INFOLIDER:*** *¿Viajar por el mundo, conocer distintas culturas y sociedades te da una mayor apertura para crecer?*

***PROF. CICHELLO HUBNER:*** *Viajar ayuda mucho en la visión que uno tiene del mundo, no solamente en el pequeño mundo de su entorno, uno valora mucho más lo que tiene y se da cuenta de cuánto necesita, de cuánto se pierde. Yo pienso que viajar es el único gasto que enriquece, no es recomendable para todo el mundo, no creo que todos deban viajar, de hecho yo creo que mi mayor logro lo conseguí en mi vida dentro de la Argentina. Que un chico que vivía en la pobreza, en la indigencia, termine el colegio primario y luego la escuela secundaria nocturna, trabajando y estudiando, fue el mayor logro de mi vida, después todo fue más fácil.*

*Yo no creo haber triunfado en la vida porque desconozco el significado de triunfar, pero si estoy seguro que mi mayor logro educacional lo conseguí en la Argentina. Si por triunfo se entiende el encontrar un estado de felicidad, entonces puedo decir que sí, que triunfé porque para mí la mayor felicidad es la que encuentro a diario al dar, cuando ayudo a otros y no me refiero solo al dinero, me refiero a prestar mis oídos, a visitar a alguien, a decirle a un semejante "vos sos importante para mí".*

*Pero sí creo que viajar es recomendable, justamente si uno tiene una actitud inquieta como yo tenía. Yo era un curioso intelectual, y valoro mucho más después de haber viajado las cosas buenas que tenía mi Argentina y también puedo observar qué cosas no tiene, como país como sociedad, como entorno, yo entonces recomiendo viajar sin lugar a dudas.*

*Para concluir quiero referirme a esa pobreza que mencionamos al inicio de esta nota. Estoy convencido que esa pobreza de antaño hoy se convirtió en mi mayor riqueza. Y me ayuda a considerarme como una persona muy rica, porque rico no es aquel quien más tiene sino aquel que menos necesita, y un ser humano necesita muy poco para ser feliz.*

***En definitiva, la vida del Profesor Esteban Cichello Hubner parece marcada por ideas muy claras que le permitieron:***

***"Volar sabiendo que abajo está el suelo firme, soñar pero casi con los ojos abiertos, siempre creyendo que esos sueños se pueden hacer realidad, prometerse a sí mismo que se puede estar mejor, siempre poniendo objetivos realizables".***

***En definitiva, salir desde bien abajo para subir paso a paso una escalera imaginaria que se hace cada vez más sólida, y cuyo destino final para ser siempre una nueva meta •***

*geneo - Lab. Natufarma*

# En invierno seguí cuidando tu piel.

**Cada cambio de estación hace que nuestro cuerpo tenga que adaptarse, y la piel no es la excepción: la lluvia, la humedad, el frío y el viento pueden afectarla, y si le sumamos las variaciones bruscas de temperatura (ir de un lugar frío a uno calefaccionado o viceversa), el resultado puede ser un combo adverso.**

***CONSEJOS PARA CUIDAR LA PIEL EN EL INVIERNO:***

***1.*** **Evitar el agua muy caliente.**
Deshidrata la piel y contribuye a la pérdida de lubricación. Es importante secarse muy bien después del baño.

***2.*** **No usar fórmulas con ingredientes abrasivos.**
Para la limpieza optar por productos suaves y cremosos.

***3.*** **Hidratar la piel al máximo.**
Sobre todo después de la ducha.

***4.*** **Elegir fórmulas enriquecidas.**
Optar por productos suaves o con emolientes y humectantes. Se aconsejan las cremas con ácido hialurónico como hidratante, antioxidantes como la vitaminas C y E, y vitamina A como reparadora y nutriente.

***5.*** **Cuidado al exfoliar.**
Si la piel es seca o sensible, mejor evitarla. Una vez a la semana será suficiente para eliminar células muertas y ayudar en la penetración de los productos hidratantes.

***6.*** **No dejar de usar protector solar.**
Aunque la intensidad del sol en esta época se sienta menos, los rayos UVA continúan siendo nocivos para la piel.

***7.*** **Proteger los labios.**
Además del frío, el peor enemigo de los labios en invierno es estar mojándolos todo el tiempo para sentirlos menos tirantes. Complementar con bálsamos o labiales que cuenten con componentes humectantes.

**Existen aliados naturales para contribuir al cuidado de tu piel.** Hablamos de ***COLÁGENO HIDROLIZADO***, que aporta los aminoácidos necesarios para promover la producción de colágeno en forma natural por parte del organismo. Esto mejora la firmeza y textura de la piel. No olvidarse de la ***COENZIMA Q10***, nutriente que actúa como un potente antioxidante y energizante de las células de la piel, evitando arrugas. Hablar también del ***ÁCIDO HIALURÓNICO***, un lubricante tisular que colabora en la reducción de la descamación de la piel seca y dañada. Y también mencionamos el ***RESVERATROL*** que es un polifenol natural presente en plantas y frutos como las moras, arándanos, uvas negras. Numerosos estudios muestran su potente acción antioxidantes colaborando en la prevención del envejecimiento prematuro •

**Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.**
**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

BUCALTAC
DENTAL CARE

# GREENDENT by BUCALTAC

## Cepillos Dentales para Adultos & Niños

# SUSTENTABLES ECOLÓGICOS

**Mango realizado con cepillos dentales, tapitas de gaseosas y tapas de aerosoles reciclados. Estuche impreso en cartulina reciclada y reciclable.**

EDICIÓN LIMITADA

CARTULINA RECICLADA

100% PLÁSTICO RECICLADO

# NUEVOS

## SUSTENTABLES ECOLÓGICOS BIODEGRADABLES

GREENDENT by BUCALTAC ECODENT

Cepillo dental con Mango de Bamboo 100% Natural, para adultos y niños.

# BAMBOO

# 5680 ULTRA SOFT

## Nuevos

Fibras corte en "V"

Permite una correcta higiene dental alrededor de los aparatos de ortodoncia.

**5680 cerdas microfinas suaves.**
**Cabezal compacto.**
**Mango hexagonal.**
**Tapa protectora.**

# ORTHO 5680

# ¿Cómo está su PRÓSTATA?

International Prostate Symptom Score
I-PSS

## Si usted padece de:

- Necesidad urgente de orinar.
- Dificultad al empezar a orinar.
- Aumento en el número de veces que orina en 24 horas.
- Disminución del calibre y la fuerza del chorro miccional.
- Terminar de orinar por goteo.

## Es posible que sufra una afección prostática.

# Test Internacional de Autodiagnóstico

## por puntuación de síntomas prostáticos I-PSS

SIN COSTOS | SENCILLO | RAPIDO

**www.cuidomiprostata.org**

El puntaje internacional de síntomas de próstata (I-PSS) se basa en las respuestas a siete preguntas sobre los síntomas urinarios y la calidad de vida. Cada pregunta relativa a los síntomas permite al paciente elegir una de las seis respuestas que indican el aumento de la gravedad del síntoma.

El **Comité Científico Internacional** (SCI), bajo el patrocinio de la **Organización Mundial de la Salud** (OMS) y de la Unión Internacional Contra el Cáncer (UICC), recomienda **utilizar el I-PSS como la herramienta de evaluación oficial a nivel mundial** en pacientes con síntomas prostáticos.

Prostaprotex Plus® recomienda el uso anual del test a los varones mayores de 45 años.

ESCANEE EL CODIGO QR
TEST DE AUTODIAGNÓSTICO

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

CITIZEN
Cómo está tu
PRESIÓN
HOY?
:: MAYO :: Mes de la
HIPERTENSIÓN ARTERIAL.
Con nuestros TENSIÓMETROS,
podés controlar tu PRESIÓN
en la tranquilidad de tu hogar.

GARANTÍA 5 AÑOS EXTENDIDA

Únicos avalados por

FEDERACIÓN ARGENTINA DE CARDIOLOGÍA

## TENSIÓMETROS DIGITALES

de brazo y de muñeca.

Tecnología japonesa

Autorizados por anmat

Distribuidor Oficial SILFAB

/SILFAB www.silfab.com.ar

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

*Dermaglos - Lab. Andrómaco*

# El invierno pide protección solar.

**Durante el invierno es muy común que con el descenso de la temperatura, se caiga en el error de descuidar la protección solar. Pero los rayos UVB y UVA están presentes y hay que protegerse todo el año.**

***CUIDAR LA PIEL DURANTE EL INVIERNO REQUIERE ALGUNOS CUIDADOS QUE TE CONTAMOS A CONTINUACIÓN:***

- Aplicar el protector solar 30 minutos antes de salir, incluso durante los días nublados, ya que las nubes no filtran la radiación.
- Evitar las duchas muy calientes, ya que esto aumenta la deshidratación de la piel.
- Hidratar los labios, especialmente los días muy fríos o ventosos.
- Al aplicar el protector solar no olvidar las zonas más expuestas: boca, mejillas, orejas, cuello, escote y manos.
- La piel suele resecarse durante el invierno y perder humedad, hidratala con post solares y una crema o emulsión hidratante.

Por otra parte, el descenso de la temperatura disminuye el nivel de sustancias protectoras de la piel, es por eso que se aconseja usar un factor de protector solar elevado y repetir la aplicación cada dos horas.

***ALERTA NIEVE!***

Si te encontrás en una zona con nieve, es clave que la protección sea alta ya que el sol se refleja sobre ella, irritando tu piel de una forma mucho más acelerada que en verano. Además, la altura aumenta los niveles de exposición a rayos UV.

**Estés donde estés es fundamental que protejas tu piel de los rayos UV para mantenerla saludable. No olvides que tu piel te defiende de las agresiones del entorno y, para que dicha barrera funcione, tiene que estar equilibrada.**

Este invierno, que no te falte tu Dermaglós

#dermaglos

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

# DÍA + NOCHE

Nosotras te acompaña

**NUEVO**

Toda la **comodidad** de nuestras toallas diurnas con la **protección** de las nocturnas.

2x +ABSORCIÓN

4cm +LARGAS

*Vs. una toalla Nosotras Normal

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.
Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

www.nosotrasonline.com.ar

*COMPLEX - Lab. ENA*

# ¿Para qué incorporar péptidos de colágeno a tu rutina diaria?

***1) Alcanzar la ingesta diaria de proteínas en personas físicamente activas.***

Los expertos afirman que los individuos físicamente activos necesitan más proteínas que la media: de 1,4 g/kg hasta 2,0 g/kg de peso corporal diariamente. Un adecuado consumo de proteínas puede mejorar la capacidad de entrenamiento, al tiempo que permite una recuperación más rápida. El requisito de una mayor ingesta de proteínas se puede satisfacer a través de una dieta regular y variada, pero las investigaciones demuestran que los suplementos pueden ser una gran ayuda.

***2) Prevenir el riesgo de lesiones articulares.***

Los péptidos de colágeno son proteínas bioactivas específicas, ampliamente reconocidas como un nutriente esencial para ayudar al aparato locomotor a reducir el riesgo de lesiones. Estos péptidos bioactivos estimulan la síntesis de colágeno en ligamentos, tendones, cartílagos, huesos y piel asegurando la integridad, la elasticidad y la fuerza de estos tejidos conectivos.

***3) Reducir las molestias articulares.***

Los péptidos de colágeno combinados con otros ingredientes esenciales para la salud de la articulaciones, son de gran utilidad para aliviar las molestias articulares.

***Algunos de estos ingredientes pueden ser:***

- **Cúrcuma:** potente antiiflamatorio natural.
- **Ácido hialurónico:** como lubricante natural de las articulaciones.
- **Magnesio:** determinante para la salud de los huesos.

***Además los péptidos de colágeno son altamente biodisponibles.***

Las proteínas utilizadas para la nutrición tienen que digerirse con facilidad y ofrecer una gran biodisponibilidad para garantizar una absorción eficaz. Estos péptidos se complementan con una mega dosis de vitamina C (500 mg.) generando un ambiente favorecedor para la absorción de los mismo. De hecho, las investigaciones han demostrado que más del 90% de los péptidos de colágeno se digieren y se absorben rápidamente tras una ingesta oral, listos para suministrar sus beneficios al paciente.

Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.
Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

# PULMOSAN®

# JARABES PARA LA TOS
# Actúan de Verdad.

Lea atentamente el prospecto y ante cualquier duda consulte a su médico y/o a su farmacéutico.

**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

GEZZI
LABORATORIO
SIEMPRE CERCA TUYO

# Leche y mimos: el afecto en la lactancia.

**La lactancia es una forma de satisfacer las necesidades instintivas del niño, también es cuando madre e hijo se comunican y llegan a conocerse. Además de ser el mejor alimento para el bebé, la lactancia también refuerza el profundo vínculo que se establece entre madre e hijo durante el embarazo.**

**En este momento precioso, tu bebé recibe cariño y seguridad, dos emociones esenciales para su desarrollo psicofísico. Al dar pecho además de afecto, la lactancia favorece una sensación de armonía.**

***Aquí algunos consejos sobre cómo sacarle el máximo provecho:***

***1. Encuentra un momento tranquilo.***

El momento en que das de comer a tu pequeño debe ser en paz. Debe adaptarse al ritmo natural del bebé y permitir a ambos disfrutar de cada una de las emociones que evoca este contacto mágico. Evita, si es posible, entornos caóticos y distracciones excesivas.

***2. Elige un lugar cómodo.***

Sobre todo en las primeras semanas, el momento de la lactancia es un período delicado porque el bebé y tú se están familiarizando con la nueva experiencia, y día a día se volverá más natural: es importante que elijas un lugar cómodo y tranquilo para amamantar a tu bebé.

***3. Encuentra la posición adecuada.***

Para que el momento de dar pecho sea lo más sereno posible, es esencial que encuentres una posición cómoda y conveniente que te permita relajar hombros y espalda de modo que puedas sostener al bebé sin cansarte.

También el bebé necesita unas condiciones propicias para alimentarse con tranquilidad, sobre todo porque agarrarse bien al pecho es el primer paso para una buena alimentación. Por ello, los pequeños deben sostenerse a la altura adecuada, con el cuerpo alineado y su estomaguito apoyado contra el vientre de la madre.

***4. Ayúdate con un almohadón de lactancia.***

Existen almohadones especiales para la lactancia que ayudan a que tanto la madre como el niño adopten una posición más cómoda. Su diseño ayuda a la madre a mantener una posición correcta y reduce la tensión muscular en brazos, hombros y cuello. Estos cojines también proporcionan a los pequeños el apoyo que necesitan para agarrarse bien al pezón, evitando así una dolorosa fricción en el pecho.

***5. La ayuda de un extractor de leche.***

Cuando no sean posibles las condiciones para amamantar se puede probar con un extractor de leche, guardar la leche extraída del pecho en un recipiente estéril y almacenarla en la heladera o en el congelador.

De esta manera, incluso si la madre está en el trabajo o fuera de casa, el bebé puede ser alimentado con leche materna por su abuela, por su niñera o por quien esté cuidando de él, disfrutando de todas las ventajas de la leche de su mamá, incluso si la madre no está allí.

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

## ALIVIO DEL **DOLOR CORPORAL RÁPIDAMENTE**

Lea atentamente el prospecto y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

**Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.**

**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

**Si es Bayer, es bueno.**

Colgate® OrthoGard®

# ¿USÁS BRACKETS?

## Probá la protección superior para usuarios de brackets*

Enjuague Bucal

Cepillo Dental

Crema Dental

*usando todo el régimen OrthoGard vs nuestras fórmulas regulares con flúor

PARACETAMOL

# GENIOL®

## EL DOLOR DESAPARECE

- Potencia Analgésica.
- Rápida Acción.
- Tolerancia Gástrica.

**PARACETAMOL CALIDAD ELEA**

**AL MEJOR PRECIO.**

www.geniol.com.ar

Lea atentamente el prospecto y ante la menor duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

Elea

Adelante con tu vida

*NutriBaby - Lab. ETHICAL NUTRITION*

# Importancia del DHA en los primeros 1000 días.

**Los primeros 1000 días, período que comprende el embarazo y los dos primeros años de vida, es fundamental para la prevención de enfermedades futuras. Y en este contexto, la nutrición tiene una relación clave con el buen desarrollo de la gestación, así como con la programación metabólica del bebé, promoviendo de esta forma ajustes importantes para la salud.**
**La lactancia materna ofrece todos los nutrientes necesarios para tu bebé. Cuanto mas sana, equilibrada y completa sea tu alimentación durante el embarazo y la lactancia, mejor sera la calidad de tu leche.**

***¿Qué es DHA?***

El DHA es un nutriente importante para el desarrollo del cerebro y la visión de tu bebé, por representar un porcentaje significativo de los ácidos grasos que componen el cerebro y la retina. Muchos estudios ya demostraron el papel importante del consumo de DHA en el embarazo y el desarrollo neurológico de los bebés
La mayoría de las mujeres no obtiene suficiente DHA en sus dietas.

***BENÉFICOS DEL DHA:***

***Beneficios maternos.***

El consumo de DHA durante el embarazo puede ayudar a alargar la gestación y contribuir al bienestar emocional de la madre.

***Apoyo durante el último trimestre de crecimiento cerebral fetal.***

Durante la gestación, el DHA favorece el óptimo desarrollo de los ojos y el sistema nervioso del bebé, y es particularmente importante en el tercer trimestre, cuando el crecimiento del cerebro se acelera.

***Desarrollo del cerebro y los ojos del bebé.***

El consumo adecuado de DHA aumenta los niveles disponibles para el feto y el bebé, mejorando ciertos marcadores de desarrollo como:

- La coordinación entre las manos y la vista.
- Las habilidades motoras.
- La capacidad de concentración.

La consulta de expertos FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura) y FINUT (Fundación Iberoamericana de Nutrición) 2012 sobre grasas y ácidos grasos en nutrición humana, han recomendado la ingesta de 200 mg./día en mujeres embarazadas y lactantes reconociendo la importancia de DHA para el desarrollo cognitivo y visual de los bebés.

***¿Cómo se cubren las recomendaciones de DHA durante el embarazo y la lactancia?***

- Consumir pescados grasos (anchoa, sardina, salmón, atún, incluso enlatado), 2 veces a la semana.

Y si no fuera posible…

- Incorporar un suplemento de DHA de 200 mg. al día, como parte de una dieta equilibrada

Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.
Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

PHILIPS AVENT

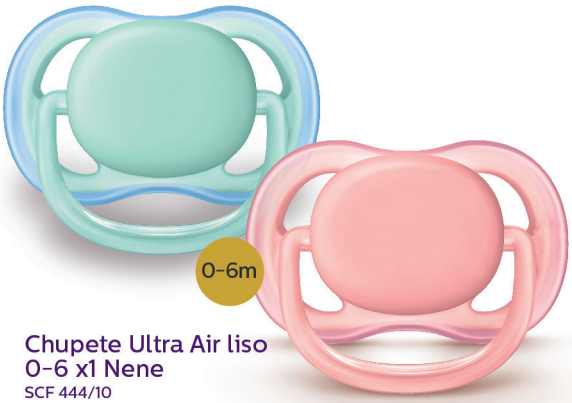
# Un comienzo saludable un futuro saludable

## Sacaleche Natural manual

SCF 330/19

## Chupetes Ultra Air

Permite que la piel sensible de tu bebé respire mejor




**Chupete Ultra Air liso 0-6 x1 Nene**
SCF 444/10

**Chupete Ultra Air liso 0-6 x1 Nena**
SCF 445/10

## Vasos Straw Cups

Sorbete blando y flexible recomendado por odontólogos

Con válvula **antigoteo**

SCF 798/01 300ML NENE
SCF 798/02 300ML NENA

## Cepillo para mamaderas y tetinas

SCF145/06

# FARMACIASLIDER.COM.AR

**Nuestra tienda on line** te brinda la posibilidad de adquirir todos los productos para tu cuidado personal y el de tu familia, comprando **desde la comodidad de tu hogar y desde cualquier punto del país.**

- Mamá y Bebé
- Dermocosmética
- Maquillaje
- Nutrición
- Cuidado oral
- Cuidado e higiene personal
- Perfumes y Fragancias
- Moda y Tendencias
- Deporte
- Electro
- Gift cards

**ENVÍOS A DOMICILIO A TODO EL PAÍS!**
(Exclusivo productos de perfumería)

- **NOTICIAS E INFORMACIÓN**
- **TURNOS ON LINE**
- **RETIRO POR SUCURSALES**

# EXIMIA

## HYALU-C CONCENTRÉ

CONCENTRADO ANTIEDAD, ANTIOXIDANTE Y ANTI-FATIGA

www.eximialab.com

*Historias de Córdoba por Federico Sylvester*

# Pablo Mirizzi; el Médico Cordobés que le dijo que no a la Reina Isabel de Inglaterra.

**Federico Sylvester es comunicador social, guía de turismo, trabaja en la biblioteca del Colegio Nacional Monserrat y se encarga de las visitas guiadas en el cementerio San Jerónimo, además de organizar tours históricos en los barrios de Córdoba capital. En esta ocación nos compartió esta apasionante historia.**

Pablo Luis Mirizzi nació el 25 de enero de 1893 en la ciudad de Córdoba, cursó sus estudios secundarios en el Colegio Nacional de Monserrat y luego la carrera de medicina en la Universidad Nacional de Córdoba, de la cual egresa en 1915.
Vivió durante toda su vida en la casa de calle Santa Rosa 793, desde donde salía caminado cada mañana para trabajar en el Hospital Nacional de Clínicas, su lugar en el mundo. Dicen que utilizaba esas cuadras hasta su hogar para relajarse y volver tranquilo, pasando por Plaza Colón.
El Dr. Mirizzi, es el creador de un sistema que permite la exploración de las vías biliares principales durante el transcurso de la operación, es decir que es posible observar radiológicamente estas vías mientras la cirugía se lleva a cabo. Dicho logro le valió en 1955 el título de Profesor Honorario, en 1956 el título de Médico Maestro y en 1959 es nombrado presidente del Congreso Internacional de Cirugía de Múnich.

Pero hubo un momento en su vida que pudo haber significado un gran salto a nivel profesional, y Mirizzi decidió mantener su humildad y el respeto ganado con trabajo y estudio.
La Reina Isabel, reina de Inglaterra, presentó un problema biliar y debía operarse. Pidió a sus colaboradores que busquen al mejor especialista del mundo en el tema, y al repasar la lista la encabezaba el Doctor Pablo Mirizzi. Inmediatamente estas personas viajaron a Sudamérica, a Córdoba y al Barrio Alberdi para llegar hasta el Hospital de Clínicas. Explicaron la situación al Dr. Mirizzi, quién los escuchó y por supuesto que aceptó operar a la Reina, pero puso una condición. Su lugar de trabajo era el Hospital de Clínicas y era la Reina quién debía viajar para operarse puesto que el trataba a todos sus pacientes por igual. Incrédulos ante esta situación los colaboradores regresaron al viejo continente, y como ya sabemos la Reina fué operada, pero por otro especialista y pudo superar su problema biliar.
Pablo Mirizzi, el médico cordobés que no se negó a operar a la Reina, pero que la invitó a venir para que la cirugía fuera aquí, en Barrio Alberdi.
El Dr. Mirizzi murió el 28 de agosto de 1964 como consecuencia de un edema pulmonar, y sus restos descansan en el Cementerio San Jerónimo de nuestra querida ciudad de Córdoba.

*Hospital Nacional de Clínicas. Barrio Alberdi.*

Nuevo

# Bagó

Suplementos vitamínicos

## Bienvenida una nueva fuente de energía

rendimiento físico

concentración y memoria

VOS

Bagó

Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.
Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

*ULTRA COREGA - GSK*

# Ultra Corega Máximo Sellado, fija la prótesis durante todo el día.

El nuevo adhesivo para prótesis dentales Ultra Corega Máximo Sellado de 70 gr. cuenta con un pico de precisión con una punta más fina que asegura una aplicación más exacta y bloquea hasta 5 veces más partículas de comida*. Su fórmula contiene dos polímeros adhesivos que se expanden cuando entran en contacto con la saliva. Al expandirse, se entrelazan creando una estructura suave y flexible entre la prótesis y las encías.

Ultra Corega Máximo Sellado fija la prótesis durante todo el día.

- **Posee un nuevo pico de precisión que asegura una aplicación más exacta. ***
- **Proporciona un sellado superior ayudando a bloquear hasta 5 veces más el ingreso de partículas de comida** entre la prótesis y la encía.**
- **Su nuevo pico facilita la aplicación y optimiza la cantidad a aplicar para evitar derrames.**
- **Fija la prótesis durante todo el día.**
- **Aumenta la fuerza de mordida.**
- **Otorga mayor ajuste y comodidad.**
- **Ayuda a prevenir la irritación de las encías.**
- **Te permite disfrutar de tus comidas favoritas.**

*En comparación con Ultra Corega Crema. **Vs. sin adhesivos.

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

*vs shampoo sin ingredientes acondicionadores.

# Una nueva realidad

Has incorporado nuevos hábitos de trabajo, de ejercicios físicos, de relacionarte.

**Fabogesic**

*¡El alivio va con vos!*

**Lea atentamente el prospécto.**

Ante cualquier duda consulte a su médico.

**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

SAVANT

# Una completa familia

La línea Fluorogel está formulada para las necesidades específicas de cada integrante de la familia.

El flúor es esencial en diferentes concentraciones para brindar la adecuada protección anticaries.

Sus presentaciones en gel favorecen el cuidado del esmalte dental.

Consultá cada 6 meses a tu odontólogo.

**FLUOROGEL**

DIENTES SANOS PARA TODA LA VIDA

VITALIDAD | INMUN | ANTIOXIDANTE | NUTRICIÓN

# GRAVITÓN®

## MULTIVITAMÍNICO & MULTIMINERAL

Fórmula completa
de la **A** al **Zinc**

**VITALIDAD** Aumenta los niveles de energía mediante las Vitaminas B y el Hierro.

**VITAMINA C** Refuerza el Sistema Inmunológico. Impulsa el Sistema Cardiovascular y ayuda a mantener los niveles de Colesterol.

**ANTIOXIDANTES** Refuerzan el Sistema Inmunológico, protegen de Enfermedades Cardiacas, y luchan contra el Envejecimiento.

**NUTRICIÓN** Ayuda a mantener una dieta equilibrada aportando al organismo todos los Minerales y Vitaminas que necesita.

Presentación de **30** y **60** comprimidos recubiertos

Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto.
Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.
Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

**Seguinos en Redes !**

@graviton.multivitaminico

www.pharmaalioth.com.ar

alioth

*Cicatricure maquillaje Gold Lift - Lab. Genomma*

# Cicatricure Gold Lift.

**Cicatricure desarrolló la línea Antiedad GOLD LIFT que combina el poder de los Péptidos con Oro, Calcio y Silicio impactando en la morfología de la piel, reduciendo la profundidad de las arrugas gravitacionales, líneas de marioneta y surcos nasogenianos, redefiniendo el contorno facial.**

## *LÍNEAS:*

### *CREMA DE DÍA**

Favorece la recuperación de densidad y elasticidad de la piel, corrigiendo visiblemente las zonas del rostro más marcadas por la edad. Brinda protección contra la radiación UV: FPS 30 y FP UVA 10. Textura no grasa.

### *CREMA DE NOCHE**

Favorece la recuperación de elasticidad y el proceso de auto reparación** nocturna de la piel. Actúa en la noche creando una lámina que regula la pérdida de agua. Textura sedosa.

### *CONTORNO DÚO OJOS Y BOCA*

Contiene ingredientes que promueven la síntesis de ácido hialurónico natural y la recuperación de densidad de la piel, logrando reducir el tamaño de las arrugas horizontales y verticales.

### *NUEVAS BASES DE MAQUILLAJE ANTIEDAD (01 Light/02 Medium/03 Bronze)*

Formuladas con Péptidos con oro, Calcio y Silicio que ayudan a reducir arrugas gravitacionales otorgando un efecto lifting. Además, disimulan manchas, rojeces y otras imperfecciones*** para que la piel luzca uniforme y luminosa.

- Ideal para todas las mujeres que buscan una base que maquille y además trate la piel para que se vea cada día más joven.
- De textura flexible se adaptan perfectamente al tono de la piel, sin marcar las arrugas dándole a la piel un acabado fresco y natural.****
- Disponible en 3 tonos: Light, Medium y Bronze. Para todo tipo de piel.*****

*Resultados con el uso de Cicatricure Gold Lift Crema de Día y Crema de Noche.
**Mejora la hidratación y la apariencia de la piel.
***Manchas superficiales e imperfecciones como cicatrices leves, granitos y puntos negros (barros y espinillas)
****Aspecto Natural.
*****No incluye piel sensible.

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

# ESTE INVIERNO ESTAS PREPARADO

## Olvidate del estado gripal!

JENGIBRE
MIEL
LIMÓN
VITAMINA C

Lengi Bel®

- Refuerza el Sistema Inmunológico
- Disminuye la Congestión
- Alivia el Dolor de Garganta

100% Natural
SIN CONTRAINDICACIONES

Sin T.A.C.C.

## Liberate del dolor de articulaciones!

JENGIBRE
COLÁGENO
CÚRCUMA
VITAMINA C

JENGI Flex®

- Protege los Huesos y Articulaciones
- Disminuye la Rigidez Articular
- Desinflama Naturalmente.

**Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.**
**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

Consulte a su médico antes de consumir estos productos. NO utilizar en caso de embarazo, lactancia, ni en niños. Mantener fuera del alcance de los niños.

del bel S.R.L.

www.LaboratoriosDelBel.com | @laboratoriosDelBel

*Lic. Luciana Pozzer*

# Los niños y la alimentación.

En nuestros niños, los hábitos alimentarios y las pautas de alimentación comienzan a establecerse muy pronto, desde los 6 meses en adelante, y se logran consolidar antes de finalizar la primera década de la vida persistiendo en gran parte en la edad adulta.
Es la familia quien representa un modelo y conducta alimentaria de los cuales nuestros niños aprenden y adoptan, es por ello que cuando me dicen en consulta, "pero come muchas golosinas" yo retruco, ¿quién las compra?. Cuanto más comemos en familia más se consolidan estos hábitos alimentarios en niños, con lo cual, siempre que puedan apaguen la tele, dejen los celulares en otro lado y cuéntenle a los niños porque comen lo que ese día cocinaron los papás, así ellos también forman parte de la selección de lo que se sirve en la mesa.
La mesa familiar no es un restaurant, claro está, así que esa debería ser la norma y salir a comer "papas fritas" las ocasiones menos frecuentes.
Ya en la escolaridad los niños van iniciando el control de sí mismos y del ambiente, empiezan a interesarse por algunos alimentos, prefiriendo algunos de ellos, a ser caprichosos con las comidas, a tener poco apetito (lo interesante es jugar!), y a ser monótonos con sus selecciones alimentarias, ya que siempre quieren comer lo mismo!. En la elección de alimentos, influyen factores genéticos, aunque tiene mayor importancia los procesos de observación e imitación, es por ello que si exigimos que coman frutas y quienes los cuidamos no nos gustan las frutas y no las consumimos, será una batalla real para ese niño, porque quién me dice que haga algo bueno por mí, no lo puede realizar para si mismo.
Con el aumento de la edad, el apetito se recupera y tienden a desaparecer las apetencias caprichosas. En la edad escolar, la alimentación se va haciendo más independiente del medio familiar. Además, la disponibilidad de dinero les permite comprar alimentos sin el control parental. El desayuno suele ser rápido y escaso. En la merienda, se recurre frecuentemente a productos manufacturados y bebidas azucaradas y el horario de comidas es más irregular.
**Te propongo algunas opciones fáciles, rápidas y económicas para que junto a ellos vayamos probando alternativas más saludables para desayunar y merendar en familia:**

- Tostaditas con pasta de maní sin azúcar. Se le puede agregar 1 cucharadita de miel o mermelada por encima para que no sea muy seco.
- Licuados de frutas con o sin leche. Evitá agregar demasiada azúcar. Además de la leche y la fruta podes agregar 1 puñado de nueces y lo haces aún más nutritivo.
- Yogurt descremado, o casero! Con trocitos de fruta y granola o cereales sin azúcar o avena que queda riquísimo!
- Tostadito de jamón y queso con al menos ½ fruta fresca.
- Heladitos caseros con banana pisada y 1 cucharadita de cacao en polvo.
- Muffins saludables con avena y frutas.
- Tostaditas con puré de palta o con 1 huevito a la plancha por encima.
- Yogures o leche con un puñado de frutos secos (nueces, almendras, castañas, maní) y alguna tostadita con mermelada.
- Queso y membrillo sobre pan fresco o tostado más alguna infusión.
- Pochoclos con fruta fresca.
- Bomboncitos de avena y cacao.

Les dejo una recetita rápida para que la prueben hacer en casa, y disfrutar en el desayuno o en la merienda.
***MUFFINS DE AVENA Y NARANJA*** (se puede remplazar la naranja por zanahoria bien rallada)
***Ingredientes para 6 a 8 muffins:***

- 1 naranja grande.
- ½ taza de avena.
- 230 gr. de yogur natural o de vainilla.
- 1 huevo.
- 120 gr. de miel.
- 2 cucharadas de aceite.
- 1 taza de harina leudante.
- 1 cucharadita de canela molida.

***Preparación:***
***1.*** Limpiamos bien la naranja. La rallamos y exprimimos. Reservamos la ralladura y el jugo.
***2.*** En un bol, mezclamos los copos de avena y el yogur y luego añadimos el huevo, la miel, el jugo y el aceite. Removemos para mezclar bien. (Si queremos agregarle la zanahoria rallada este sería el momento ideal).
***3.*** De una vez, añadimos la harina y la canela. Mezclamos hasta obtener una masa compacta y bien integrada.
***4.*** Colocamos los moldes de papel y repartimos la masa con ayuda de una cuchara. Llenamos cada cápsula hasta 2/3 partes de su capacidad.
***5.*** Horneamos durante 25 minutos a horno medio.
***6.*** Listo! A disfrutar!
** Si no tienes molde de muffins lo podés hacer tipo budín que es lo mismo!*

***Recordar siempre que la comida casera es muchísimo mejor que cualquier producto industrial. Alimentemos a nuestros hijos con más comida real y dejemos los paquetes llenos de azúcar, sal y grasa saturada para ocasiones especiales!***
***Organizá un día y prepará varias cosas, freeza en porciones para disfrutarlo después en el momento que prefieran.***
***Comer en familia alimentos caseros es un acto de amor a tus hijos.***

***Luciana Pozzer***
*Lic. en Nutrición*

sertal.com

# Sertal

Alivia dolores
y malestares **digestivos.**

Seguinos en:
sertalOk

Qué felicidad **sentirse bien.**

ROEMMERS

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.
**Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

# Coltix

**Ojos frescos, siempre**

LEA ATENTAMENTE EL PROSPECTO Y ANTE LA MENOR DUDA, CONSULTE A SU MÉDICO Y/O FARMACÉUTICO.

gramon millet

**Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

*Covadenil - Lab. Química Luar*

# Dolores articulares y cambio de estación: ¿cómo afecta el frío a mis articulaciones?

**Llegó el otoño y comenzamos a sentir los primeros días frescos. Si salimos temprano, un café caliente y una camperita no pueden faltar. Empezamos a cuidarnos un poco más, para evitar cualquier resfrío. Es importante poner atención en nuestras defensas, sobre todo en épocas de COVID-19.**

Pero, ¿qué pasa con nuestras articulaciones en esta época del año?

Las personas que sufren de problemas articulares, como casos de artritis y artrosis, suelen notar un empeoramiento de sus síntomas.

Aunque no afecta a todos por igual, una gran parte de los pacientes son sensibles al cambio de tiempo, presentando cuadros de mayor dolor y un marcado aumento en la rigidez articular, sobre todo al momento de levantarse.

## ¿Por qué ocurre esto?

Según los profesionales de reumatología, el frío no agrava la enfermedad en sí, sin embargo, es un factor que intensifica los síntomas.

El frío es vasoconstrictor, es decir, provoca un estrechamiento del paso de la sangre a través de los vasos. Esta disminución en la circulación aumenta la rigidez en los músculos articulares, lo que se traduce en dolor y pérdida de movilidad.

## ¿Qué podemos hacer para aliviarlo?

- **Actividad física.**

Realizar una pequeña entrada en calor antes de levantarse es una buena manera de comenzar el día sin tantas molestias.

En posición sentada, con las piernas extendidas, girá las muñecas y los tobillos con movimientos suaves. Manteniendo la espalda recta, hacé fuerza con el abdomen y despegá las piernas de la cama. Comenzá a articular los codos, las rodillas, luego la cadera y los hombros. Mové todo tu cuerpo, pero sé consciente de hacerlo respetando tu capacidad de movimiento, que será menor en la mañana.

- **Suplementos**.

En épocas donde el dolor y la rigidez pueden intensificarse, es conveniente comenzar con tratamientos paliativos para enfermedades reumáticas.

**Covadenil es un suplemento dietario, compuesto por Colágeno Tipo II Bovino, Lisina y Selenio. Gracias a sus componentes, es un antiinflamatorio natural, lo cual ayuda a disminuir los síntomas de las enfermedades articulares. Además, es un excelente regulador del sistema inmunológico, indispensable para mantener altas nuestras defensas cuando más lo necesita nuestro cuerpo.**

**¡Consultá por Covadenil en tu farmacia Líder más cercana!**

Suplementa dietas insuficientes. Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico.
Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

ESTA IMAGEN HA SIDO RETOCADA Y/O MODIFICADA DIGITALMENTE.

# CREMAS | CAVIAHUE

## DERMOCOSMETICA TERMAL

#NaturalEnVos

*AEROTINA - Lab. RAFFO*

# ¿A qué le tenemos alergia?

La alergia es una reacción exagerada del organismo ante la exposición a una sustancia proveniente del exterior, qué al ser inhalada, ingerida o tocada, puede producir los síntomas característicos, que van desde molestias leves a problemas de mayor gravedad.

**A diferencia de los síntomas del COVID-19, la alergia provoca molestias a nivel nasal y en general, no se asocia con malestar ni con fiebre.** Además, los síntomas alérgicos son bastante intermitentes, ya que sólo aparecen en el momento de estar frente a aquello que nos causa alergia.

**¿Pero a qué le tenemos alergia?**
Los causantes de estas reacciones son los llamados "alérgenos". Los más comunes suelen ser polen, ácaros del polvillo que proliferan en ambientes húmedos; mascotas domésticas, la caspa del animal, y en ocasiones la saliva, heces y orina; y algunos alimentos, los más frecuentes son el pescado, chocolate y lácteos.

Sabemos que los estornudos están en el puesto número uno de reacciones alérgicas. Luego le siguen las que se manifestan en las vías respiratorias, como secreción nasal, lagrimeo, picazón en los ojos, nariz y/o garganta. También se pueden dar a través de la piel, donde se forman ronchas o urticaria acompañadas o no, de picazón.

Los antihistamínicos de venta libre demostraron ser de gran ayuda para el alivio de los síntomas de alergia, algunos (como la Loratadina) son de 1 sola toma diaria y no producen sueño.

**AEROTINA CAPSULAS BLANDAS** es un antialérgico que pertenece a la clase de medicamentos antihistamínicos, y está indicado para el alivio temporario de los síntomas causados por alergias respiratorias y de la piel.
**Con una sola toma diaria, alivia los síntomas de la alergia durante 24hs.**
**Al ser de cápsulas blandas, actúa mucho más rápido.**

**Hay muchas cosas que te causan alergia, la solución AEROTINA!**
**Podes conseguirla en sus tres presentaciones: comprimidos, cápsulas blandas de rápida acción y jarabe para los más chicos.**
**Salud antes de estornudar!**

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

Nestlé | Nutrition

# Buscamos **lo mejor**, igual que vos

## NUEVA FÓRMULA CON HM-0 2´FL

**Leche modificada, en polvo y líquida uat, para niños mayores de 1 año. Libre de gluten. Publicidad válida para niños mayores a 2 años.**

NOTA IMPORTANTE. Creemos que la lactancia materna es el comienzo nutricional ideal para los bebés, ya que la leche materna proporciona una dieta equilibrada y protección contra enfermedades para su bebé. Apoyamos plenamente la recomendación de la Organización Mundial de la Salud sobre la lactancia materna exclusiva durante los primeros seis meses de vida, seguida de la introducción de alimentos complementarios nutritivos adecuados junto con la lactancia materna continua hasta los dos años de edad. También reconocemos que la lactancia materna no siempre es una opción para los padres. Le recomendamos que hable con su profesional de la salud sobre cómo alimentar a su bebé. Si decide no amamantar, recuerde que esa decisión puede ser difícil de revertir. La introducción parcial de la alimentación con biberón reducirá el suministro de leche materna. El uso de fórmula infantil tiene implicaciones sociales y financieras, que debe considerar. Como los bebés crecen a diferentes ritmos, consulte con su profesional de la salud sobre el momento adecuado para que su bebé comience a comer alimentos complementarios. La fórmula para lactantes y los alimentos complementarios siempre deben prepararse, usarse y almacenarse según las instrucciones de la etiqueta para evitar riesgos para la salud del bebé.

**Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda, consulte a su médico y/o farmacéutico. Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.**

# SQUAM BLANQUEADOR
## Crema Dental Blanqueadora con Peróxido de Calcio, Bicarbonato de Sodio, Flúor y Xilitol

**Blanqueador, anticaries, antiplaca.**
**Previene la enfermedad periodontal**

- Triple y sinérgica acción
- Fresco y agradable sabor
- Costo accesible
- Calidad Gador

**Presentación:** Pomo multilaminado conteniendo 60 g.

RECETARIO SOLIDARIO

Para más información
sobre SQUAM® BLANQUEADOR
visite www.gador.com.ar

Información exclusiva para profesionales de la salud,
prohibida la reproducción total o parcial de estos contenidos
sin autorización de Gador S.A.

Gador

# human®

optic-co

ANTEOJOS DE RECETA

12 CUOTAS S/I
TODAS LAS TARJETAS

ENVÍO
SIN CARGO

DEVOLUCIÓN
SIN CARGO

WHATSAPP: 351 6076077 DIR: AV. COLÓN 543 WEB: WWW.HUMAN-OPTIC.COM

con

# Hepatalgina®

*Me siento bien!*

Protegé tu hígado ayudándolo en su proceso digestivo y reduciendo el malestar estomacal.

Contiene sustancias de origen natural extraídas de alcachofa, menta, boldo y zanahoria.

**www.hepatalgina.com.ar**

Lea atentamente el prospecto. Ante cualquier duda consulte a su médico y/o farmacéutico.

Publicidad autorizada por el Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba.

Elea

*Adelante con tu vida*