

Importante

Nel caso sia necessario il trattamento farmacologico, occorre attenersi scrupolosamente al dosaggio consigliato (da 10 a 15 mg ogni kg di peso del bambino come prima dose e, se necessario, continuare il trattamento con 10 mg/kg ogni 6 ore). Il paracetamolo non va in ogni caso somministrato ai bambini con meno di 6 mesi senza aver prima consultato il medico.

Un po' di dati

Umidità, escursioni termiche, con sbalzi di temperatura di oltre 10 - 12 gradi nell'arco di una giornata, ma soprattutto una lunga lista di errori: dall'abbigliamento sbagliato (49%) per arrivare a stili di vita assolutamente errati (31%) e una cattiva alimentazione (22%). Questi i maggiori alleati dell'influenza e dei vari malanni che accompagnano l'arrivo dell'inverno. Lo sostengono 7 esperti su 10, per i quali si sta per aprire uno dei periodi più difficili dell'anno per il benessere psicofisico. Gli effetti? Non solo febbre alta, difficoltà di respirazione, senso di spossatezza, ma anche strada aperta per la depressione. Ad essere più esposti non solo le "classiche" categorie più deboli, come anziani e bambini, ma anche chi conduce stili di vita irregolari (48%), come ad esempio i single e categorie professionali sottoposte a particolari stress. E malgrado il gran parlare della prevenzione in tema di malesseri invernali, secondo gli esperti sono pochi gli italiani a conoscenza di rischi e rimedi e sono ancora pochissimi, dice il 47% degli intervistati, a fare una vera prevenzione. È quanto emerge da uno studio dell'Osservatorio FederSalus (l'associazione che riunisce le principali aziende italiane produttrici di prodotti salutistici) condotto da Eta Meta Research su 100 esperti tra medici generici, nutrizionisti e dietologi.

In Farmacia ed Erboristeria

1 Lo **Spray orale** senza alcool della linea **Propocaina** di **Bouty** vanta una formulazione che aderisce alle mucose, aumentandone la permanenza nel cavo orale e assicurando un immediato effetto rinfrescante e lenitivo nei casi di infiammazione e risulta utile anche in presenza di afte della mucosa orale. In due varianti: per adulti, ad alta concentrazione, al gusto di menta (Flacone da 30 ml - Euro 9,00), e per bambini al gusto Tutti frutti (Flacone da 30 ml - Euro 8,50).

2 **Migrastick** di **Arkopharma** elimina tensione e mal di testa in modo naturale grazie al mix di oli essenziali naturali e puri di cui è composto. Basta applicare il prodotto fin dai primissimi sintomi su tempie, fronte e nuca per avere un sollievo immediato. Euro 6,50 (100 applicazioni circa).

3 **Fitessenza Unguento in Gel di Docteur Nature** è una miscela di oli essenziali puri e di elevata qualità studiata specificatamente per il massaggio e per l'applicazione sul petto, in modo che con il calore della pelle i vapori degli oli essenziali si liberino lentamente, esplicando dolcemente la loro azione. Non contiene canfora. Euro 8,50

