



# FARMACIA REVIGLIO Snc



Via Stazione, 10 - 10094 GIAVENO (TO) - Tel. 011.9376066 - Fax 011.9379714 - farmaciareviglio@farmaciareviglio.it

orari: dal lun. al ven. 8.15-12.45/15.00-19.45 - Sabato 8.00-12.45/15.00-19.30 - Festivi di turno 9.00-12.30/16.30-19.30

Professionalità e Cortesia al Vostro Servizio!!!



## MICROBIOTA E ANSIA E DEPRESSIONE

L'intestino è la sede del nostro primo cervello e partecipa attivamente allo stato di salute e di benessere del nostro organismo. Inoltre, il cervello enterico e quello che sta nella nostra scatola cranica, sono implicati in una comunicazione bidirezionale complessa che avviene grazie a numerosi neuromediatori che circolano tra questi due organi, una vera e propria chimica del linguaggio con cui i neuroni parlano fra di loro. Inoltre, come le filosofie orientali hanno sempre sostenuto, e uno studio recente eseguito negli Stati Uniti ha dimostrato, il primo cervello, quello enterico, è la sede in cui originano le emozioni.

Il microbiota intestinale è uno degli attori protagonisti di questa comunicazione e diversi studi hanno dimostrato come alcune delle specie batteriche presenti partecipano attivamente alla produzione di specifici neurotrasmettitori come la serotonina, la dopamina e l'acido gamma aminobutirrico.

Pertanto, avere un microbiota intestinale in equilibrio, adeguatamente strutturato e con un'ampia biodiversità batterica è importante per la funzionalità del cervello enterico e per le implicazioni che quest'ultimo può avere sul cervello superiore. Alla luce di ciò, disbiosi intestinale, infiammazione, alterazione dello stato di permeabilità intestinale, alterazione della barriera emato-encefalica e neuroinfiammazione possono essere responsabili di una patologia depressiva o dell'insorgenza di neuroinfiammazione tipica del paziente con depressione maggiore. La dieta e un'integrazione prebiotica e probiotica mirata a correggere lo stato di disbiosi intestinale e il conseguente carico infiammatorio può essere oggi considerato un ottimo supporto per migliorare la qualità di vita dei soggetti che presentano alterazioni del tono dell'umore.

Ti aiuta: Omega3



## NOVEMBRE 2020

OTT'20			DIC'20
GIO 1	1	Domenica Tutti i Santi	MAR 1
VEN 2	2	Lunedì Com. delenti	MER 2
SAB 3	3	Martedì s. Silvia	GIO 3
DOM 4	4	Mercoledì s. Carlo Borromeo	VEN 4
LUN 5	5	Giovedì s. Zaccaria	SAB 5
MAR 6	6	Venerdì s. Leonardo abate	DOM 6
MER 7	7	Sabato s. Ernesto abate	LUN 7
GIO 8	8	Domenica s. Gerardo vescovo	MAR 8
VEN 9	9	Lunedì s. Onesta	MER 9
SAB 10	10	Martedì s. Leone Magno	GIO 10
DOM 11	11	Mercoledì s. Martino di T.	VEN 11
LUN 12	12	Giovedì s. Renato	SAB 12
MAR 13	13	Venerdì s. Diego	DOM 13
MER 14	14	Sabato s. Giacomo vescovo	LUN 14
GIO 15	15	Domenica s. Arturo	MAR 15
VEN 16	16	Lunedì s. Margherita di S.	MER 16
SAB 17	17	Martedì s. Elisabetta	GIO 17
DOM 18	18	Mercoledì s. Odone abate	VEN 18
LUN 19	19	Giovedì s. Faustino martino	SAB 19
MAR 20	20	Venerdì s. Benigno	DOM 20
MER 21	21	Sabato Present. BV Maria	LUN 21
GIO 22	22	Domenica s. Cecilia	MAR 22
VEN 23	23	Lunedì s. Clemente papa	MER 23
SAB 24	24	Martedì Cristo re e s. Flora	GIO 24
DOM 25	25	Mercoledì s. Caterina d'A.	VEN 25
LUN 26	26	Giovedì s. Corrado	SAB 26
MAR 27	27	Venerdì s. Massimo	DOM 27
MER 28	28	Sabato s. Giacomo franc.	LUN 28
GIO 29	29	Domenica s. G. Avventuro.	MAR 29
VEN 30	30	Lunedì s. Andrea ap.	MER 30
SAB 31			GIO 31

Se hai un suggerimento o un'informazione, ti invitiamo a scriverci su [farmaciareviglio@farmaciareviglio.it](mailto:farmaciareviglio@farmaciareviglio.it) o a chiamarci al numero verde 800 20 20 20. La tua segnalazione ci aiuterà a migliorare il nostro servizio.