

Data	Pagina
Gennaio 2010	11

Piccoli SEGRETI

IDEE, SUGGERIMENTI, NOVITÀ, PRODOTTI...

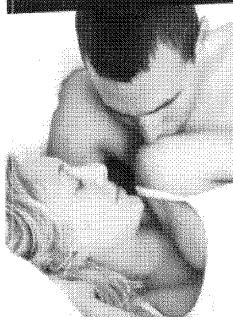
La domanda del mese



Se sei depressa avrai un bebè prematuro?

Questa teoria segue ad una ricerca effettuata negli Stati Uniti. Sono state prese in esame 800 donne incinte, di cui il 41% mostrava segni di depressione già dopo 10 settimane di gravidanza. Ulteriori studi hanno rivelato che soffrire di una forma di depressione grave, faceva raddoppiare il rischio di partorire prima della 37ª settimana. Perfino i sintomi di depressione più lievi sembravano far aumentare il rischio del 60%. Se la depressione prenatale può far raddoppiare i rischi di un parto pretermine, ma la donna si rende conto di soffrirne e chiede aiuto, questi potrebbero essere ridotti. Ad affermarlo è il dottor De-Kun Li, del centro ricerche Kaiser Permanente, in California. Lui ritiene che i cambiamenti ormonali nelle donne incinte affette da depressione, possano influire sul funzionamento della placenta, provocando un travaglio precoce. Ma quanto è responsabile la depressione, in caso di un parto precoce? Non esistono singole cause di parto prematuro. Le ragioni possono essere varie. Essere sottopeso, aver avuto bimbi nati pretermine, oppure se si ha un'infezione, sono molte le cause che possono influenzare il momento in cui un bebè viene al mondo.

ULTIMISSIME SULLA FERTILITÀ



I benefici del sole

Per tutte coloro che desiderano concepire un figlio. Fate in modo che il vostro lui stia al sole. Quasi l'uomo su 3, che ha problemi di fertilità, ha dei livelli bassi di vitamina D (che si crea nella cute quando quest'ultima è esposta alla luce del sole). Si tratta di un'ottima scusa per fare una vacanza invernale al sole...



Uno spuntino salutare

Se mangi alimenti ricchi di fibre, preveni la stitichezza e l'aumento di peso. Aggiungi la frutta ai cereali e potrai assicurarti due delle cinque porzioni giornaliere di cibi sani, iniziando proprio dalle fibre.

GATTE FOSSE

Sollievo per la pelle

Neutralizza la sensazione di bruciore, prurito e lenisce i fastidi dovuti alle infiammazioni. La Crème Tranquille di Gattefosse. Fresca e morbida, dona sollievo immediato alle pelli ipersensibili che tendono ad irritarsi e a seccarsi con facilità.

PER PROTEGGERSI DALLE INFEZIONI

Arricchita con estratto di timo, noto antimicrobico naturale, Saugella Attiva Gel Igienizzante, è indicato per prevenire l'eventuale diffondersi di germi, che possono annidarsi sulle mani. Contiene anche sostanze emollienti che creano una barriera protettiva contro le screpolature e la disidratazione.



CONTRO I RADICALI LIBERI

Con un concentrato di catechine e polifenoli, alleati contro i radicali liberi, il The San Benedetto è una bevanda sana e piacevole al gusto. Ideale per un break pomeridiano e per dissetarsi in assoluta sicurezza.

