

Sanifarma

ABRIL 2025



9900001603228

farmacias a tu servicio

37

Salud primaveral

**Nutrición Celular
Activa®**

Entrevista al Dr. Regis
Grosdidier, de Nutergia

6

**Dietas
antiinflamatorias**

Falsedades y bondades
de las dietas de moda

9

**Detección precoz
de la celiacía**

Del 27 de mayo
al 10 de junio

11

**Caída capilar,
causas y consejos**

Entrevista a Carlota
Martínez, de Bioscalin®

16

ioma

PARIS

HAIRCARE



NOW, BRING N°1 PERSONALIZED SKINCARE TO HAIRCARE

Rebuild healthy hair foundation for a moisturized, bouncy hair inside out.

ÍNDICE

LA PRIMAVERA LA SALUD ALTERA
Consejos para una primavera saludable

4

NUTRICIÓN CELULAR ACTIVA® Y ALERGIA
Entrevista al Dr. Regis Grosdidier

6

DIETAS ANTIINFLAMATORIAS
¿Moda o base científica?

9

DETECCIÓN PRECOZ DE LA CELIAQUÍA
Campaña del 27 de mayo al 10 de junio

11

INFARMA 2025
Sanifarma representada en Barcelona

13

CARIES DENTAL
Cómo curarla de forma natural

14

CAÍDA CAPILAR
Entrevista a C. Martínez, de Bioscalin®

16

CUIDADO FACIAL Y CAPILAR
Recomendaciones

18

NUEVAS FARMACIAS
Últimas incorporaciones a Sanifarma

20

Sanifarma
Farmacias a tu servicio

22

EDITA

Grupo Sanifarma
Pol. Noain-Esquiroz.
Calle T, nº 33.
31191 - Esquiroz (Navarra)
www.sanifarma.com
Tel. 948 206 165

REDACCIÓN

Beatriz Pío
Isabel Ilundain

PUBLICIDAD

Grupo Sanifarma
sanifarma@sanifarma.com

IMPRESIÓN

Gráficas Castuera

DISEÑO

Exea Comunicación

Depósito Legal: NA 550-2016



Esther Villanueva Heras
Presidenta de Sanifarma

EDITORIAL

Querido/a lector/a:

Escribo este editorial después de regresar de la última edición de **INFARMA 2025**, el mayor encuentro profesional del sector en el que, un año más, hemos participado para estar al tanto de todas las novedades y lanzamientos. Es precisamente este esfuerzo en la actualización, tanto de nuestra formación como profesionales, como en la búsqueda de soluciones eficaces innovadoras, el que nos permite ofrecer un servicio de calidad en las Farmacias Sanifarma.

Una búsqueda continua que recientemente hemos plasmado en la incorporación de un nuevo laboratorio a nuestras farmacias: **Bioscalin®**, una marca puntera en **caída capilar**, número uno en Italia. En esta edición de la revista entrevistamos a su Product Manager, Carlota Martínez, que nos explica algunos consejos para cuidar el cabello y prevenir la caída.

En este número de la revista analizamos también las consecuencias que la llegada de la primavera tiene para la salud. Sobre todo la alergia al polen. En este contexto, incluimos una entrevista al doctor Regis Grosdidier, alergólogo y nutricionista que forma parte del equipo médico de **Nutergia**, que nos habla de la creciente incidencia de las alergias y del papel de la **Nutrición Celular Activa®** en su prevención.

Otros temas que completan este número son la información sobre la **Campaña de Detección Precoz de la Celiaquía**, que se desarrollará del 27 de mayo al 10 de junio, y las propuestas habituales de cuidado dermocosmético y capilar.

¡Esperamos que el contenido os resulte interesante!



Sanifarma



La primavera *la salud altera*

La primavera está asociada a una serie de cambios que repercuten en nuestra salud en mayor o menor medida. El aumento de las horas de luz, la subida de las temperaturas y, sobre todo, la presencia del polen y los ácaros, que dispara las alergias, tienen una repercusión directa sobre nuestra salud.

Las lluvias de las últimas semanas, unidas a la progresiva subida de las temperaturas hacen que las previsiones no sean muy buenas para las personas alérgicas,

La **Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica (SEAIC)** ya ha adelantado que esta primavera será de moderada a intensa, provocada especialmente como siempre en esta época del año, por las gramíneas, el olivo, el plátano de sombra y las cupresáceas.

Los expertos advierten del aumento significativo de las alergias en las últimas décadas. De hecho, se calcula que entre el 20% y el 25% de la población padece alguna enfermedad alérgica, una cifra que, según las previsiones de la Organización Mundial de la Salud se situará en el 50% en 2050.

Entre las más frecuentes figura la **alergia al polen o polinosis**, que se caracteriza por síntomas como estornudos, secreción nasal, picor de ojos, dolores de cabeza, fatiga o asma. Se calcula que en la actualidad la sufren más de ocho millones de españoles.

Desde SEAIC señalan que los cambios en el clima están generando un entorno más hostil para los pacientes alérgicos. Las temporadas de polen se han hecho más largas, y, además, los niveles de polen son más elevados, lo que agrava los síntomas de los pacientes alérgicos. Al polen -añaden- se suman también en primavera las esporas, que pueden provocar **asma, rinitis y conjuntivitis**.

ASTENIA PRIMAVERAL

La primavera hace que nuestro organismo tenga que readaptarse a las nuevas condiciones (cambio horario, más horas de luz...). En algunos casos este ajuste es positivo (la llamada euforia primaveral de donde viene el refrán "la primavera la sangre altera") y, en otros, provoca un decaimiento que se ha denominado astenia primaveral. En estos últimos casos, se produce un trastorno leve de carácter temporal caracterizado por cansancio, insomnio, apatía y tristeza.

Los cambios horarios y de horas de luz inducen en nuestro organismo a una serie de mecanismos que alteran la regulación de los ritmos circadianos mediante un cambio en la secreción de determinadas hormonas: endorfinas, cortisol, melatonina, etc. alterando los ritmos biológicos.

CONSEJOS EN PRIMAVERA

En primavera, igual que en el resto de las estaciones, es importante seguir una serie de **hábitos de vida saludable**. Algo especialmente importante para las personas que sufren algún desajuste con el cambio de estación.

Estas son algunas de las recomendaciones:

- Duerme al menos entre 7 y 8 horas cada día.
- Establece horarios regulares para comidas y horas de sueño.
- Lleva una alimentación sana y equilibrada, rica en cereales, frutas y verduras.
- Reduce el consumo azúcar, alimentos procesados, fritos o salados, o que no sean fáciles de digerir.
- Bebe dos litros de agua cada día.
- Realiza ejercicio con regularidad, procura hacerlo en el exterior (si eres alérgico/a evita las horas de mayor concentración del polen, de 5 a 10 horas y de 19 a 22 horas).

PROTECCIÓN SOLAR

A lo largo de la primavera se producen habitualmente nuestras primeras exposiciones del año a los rayos solares. La exposición al sol tiene muchos beneficios, tanto en la salud de nuestros huesos como en la mejora de nuestro estado de ánimo y el cuidado de pieles con psoriasis o con acné. Eso sí, siempre que se haga de forma moderada y tomando las precauciones necesarias.

Recuerda que incluso en los días nublados, tienes que utilizar una protección solar adecuada a tu tipo de piel y a tu fototipo, aplicándola abundantemente al menos 15 minutos antes de exponerte al sol.

Se recomienda realizar una exposición progresiva y evitar las horas centrales del día (de 12 a 16 horas).

En el caso de las personas especialmente sensibles (proclives a la erupción polimorfa lumínica o "alergia solar") es aconsejable tomar antioxidantes orales desde el inicio de la primavera, hasta finalizar el verano para ayudar a prevenir las quemaduras y otras afecciones de la piel.

Alergia al polen

Si quieres minimizar los síntomas sigue estas recomendaciones:



Evita las horas de mayor polinización

Evita las actividades al aire libre en las horas de máxima concentración de polen, de 5.00 a 10.00 horas y de 19.00 a 22.00 horas.



Visa saludable

Mantén una alimentación sana y equilibrada, consume productos frescos, evita alimentos procesados, mantén tu cuerpo bien hidratado y práctica deporte.



En casa

Cierra las ventanas de casa durante la noche. Ventila al mediodía y durante poco tiempo. Cuando llegues de la calle dúchate y cámbiate de ropa.



No te automediques

Recuerda que algunos medicamentos pueden causar somnolencia. Pregunta a tu FARMACÉUTIC@

Nutrición Celular Activa®

para prevenir la alergia



REGIS GROSDIDIER

Médico alergólogo y nutricionista, forma parte del equipo médico de NUTERGIA. Desde 2002 imparte cursos de formación en micronutrición a médicos y profesionales de la salud.

Las alergias de tipo respiratorio, entre las que figura la alergia al polen, se han duplicado en los últimos 20 años.

Entre las razones, el estilo de vida actual, la contaminación, el uso de aditivos alimentarios...

Repasamos las causas y el papel de la Nutrición Celular Activa® en la prevención de este tipo de alergias con el Dr. Regis Grosdidier.

Revista Sanifarma.- La incidencia de la alergia al polen o alergia primaveral sigue en aumento. ¿A qué se debe este incremento de casos?

Dr. Regis Grosdidier- En los últimos 20 años, las alergias respiratorias casi se han duplicado. Esto se debe en parte a los cambios en nuestro estilo de vida y a la influencia predominante de factores ambientales, como la contaminación del aire o el uso excesivo de aditivos alimentarios. Alérgenos derivados de agentes ambientales como ácaros del polvo, bacterias, hongos, virus y toxinas conviven diariamente con los seres humanos como consecuencia de la industrialización.

Además, la piel y las mucosas humanas están expuestas diariamente a sustancias comúnmente utilizadas para lavar la ropa y la limpieza del hogar (por ejemplo detergentes y tensioactivos), enzimas y emulsionantes en alimentos procesados, humo de cigarrillos, partículas, gases de escape, ozono, nanopartículas y microplásticos. Estos agentes han demostrado ser tóxicos para las células epiteliales.

La capacidad del epitelio para controlar el equilibrio entre el daño tisular y las señales de reparación es esencial si queremos limitar el daño epitelial, la inflamación posterior y el desarrollo de la enfermedad.

Cuando la remodelación de las barreras epiteliales conduce a un aumento de la permeabilidad, también causa disbiosis microbiana y la translocación de bacterias a áreas subepiteliales, lo que induce micro-inflamación tisular y activación sostenida de las células T, con estas alteraciones potencialmente subyacentes a la aparición de diversas enfermedades alérgicas.

Revista Sanifarma.-¿Hasta qué punto se pueden prevenir los síntomas de la alergia al polen mediante la Nutrición Celular Activa?

Dr. Regis Grosdidier- Lo primero es evitar exponerse a la causa misma de estas alergias. Desafortunadamente, no hay una forma real de escapar del polen. Una dieta equilibrada, rica en verduras, frutas y fibra, tiene un impacto fundamental en la microbiota y las alergias respiratorias.

Al menos la mitad del plato en las comidas principales ha de tener verduras crudas y/o cocidas. El consumo de ácidos grasos omega-3 también es crucial para limitar la inflamación. Por lo tanto, se recomienda elegir aceite de colza o camelina orgánico para condimentos, así como una porción diaria de nueces, semillas de chía o semillas de lino.

Con la **Nutrición Celular Activa** la prevención se puede lograr mediante:

- La actuación sobre la microbiota de las mucosas (tanto digestivas como respiratorias). En el catálogo de Nutergia, con ERGYPHILUS InmunoCompex.
- La reparación de las mucosas hiperpermeables y porosas (ERGY 3 para todas las mucosas respiratorias y digestivas y ERGYPROTECT para la mucosa del intestino delgado).
- Modulando el sistema inmunitario, al reducir la síntesis de histamina e IgE con ERGYSTAM.

En este sentido, el hígado es un órgano importante en el equilibrio inmunitario general del organismo.

Se recomienda seguir una dieta de detoxificación del hígado, rica en frutas, ensaladas verdes o frutas cocidas, legumbres, cereales de calidad (arroz integral o basmati, trigo sarraceno, quinoa o mijo), leche de avena o arroz, pescado blanco...

Revista Sanifarma.- ¿Cuáles son los principales beneficios de los probióticos en las alergias?

Dr. Regis Grosdidier- Investigadores estadounidenses llevaron a cabo un metaanálisis de 23 estudios clínicos realizados en humanos. Hasta 17 de ellos informan que los probióticos produjeron una mejora significativa en los síntomas y la calidad de vida de personas con rinitis alérgica.

Tomar ciertas cepas de probióticos parece ser beneficioso para prevenir o tratar alergias, siendo las cepas más estudiadas lactobacilos y bifidobacterias. Los probióticos que han sido probados individualmente en los estudios, y que han demostrado cierta eficacia para prevenir la recurrencia de la rinitis alérgica, aliviar los síntomas y mejorar la calidad de vida son: L. acidophilus, L. paracasei, L. GG, L. salivarius y B. lactis.

Revista Sanifarma.- Con el cambio de estación muchas personas se sienten aletargadas o cansadas por la llamada "astenia primaveral". Desde Nutergia recomendáis realizar una detox tanto en primavera como en otoño ¿En qué consiste?

Dr. Regis Grosdidier- Tradicionalmente, la detoxificación es una costumbre de salud recomendada en las dos estaciones intermedias, en otoño y primavera. Su objetivo es liberar al cuerpo de los excesos alimentarios durante el invierno.

Cinco órganos, llamados emuntorios, participan en este trío de pasos:

- 1- Filtración.
- 2- Metabolismo.
- 3- Eliminación de estos desechos.

Nutergia y la NCA



Nutergia es uno de los primeros laboratorios de micronutrición en Francia, fundado en 1989 por Claude Lagarde, doctor en farmacia y biólogo. Está especializado en la investigación y el desarrollo de complementos nutricionales y es promotor del concepto de NCA (Nutrición Celular Activa®), es decir al correcto funcionamiento de las células a partir de la nutrición.

Se explica por sus tres siglas:

N = Nutrición

Se trata de restaurar un funcionamiento celular óptimo mediante un aporte de micronutrientes. Estos son pequeñas cantidades de vitaminas, minerales y oligoelementos indispensables para el organismo, y que éste no puede sintetizar salvo algunas excepciones.

C = Celular

Para funcionar de manera óptima, nuestras células necesitan energía, oxígeno y agua, pero también nutrientes: vitaminas, minerales, oligoelementos, buenos ácidos grasos, aminoácidos esenciales, antioxidantes.

Factores como la agricultura intensiva, los excesos dietéticos, el estrés, o la exposición al tabaco, a pesticidas, metales pesados y ondas electromagnéticas, influyen en el buen funcionamiento de nuestras células.

A = Activa

A través de los micronutrientes se activan y optimizan los procesos que se desarrollan en el interior de la célula. Los únicos capaces de realizar esta activación son los oligoelementos catalizadores, y las vitaminas B cofactores.

Los dos emuntorios principales son el hígado y los riñones. El hígado elimina los productos de desecho liposolubles con la bilis, y los riñones eliminan los desechos solubles en agua. Luego vienen los pulmones a través de la exhalación y la tos, la piel, a través del sudor y el sebo, y los intestinos con las heces.

La detoxificación se realiza a diario gracias a una dieta saludable (comer en la medida de lo posible productos ecológicos, mínimamente procesados, locales, de temporada, sin cocción excesiva, suficiente fibra), una buena hidratación, una actividad física regular (con sudoración e hiperventilación), poco alcohol, nada de tabaco, un buen sueño, cosméticos limpios y un hogar bien ventilado. De esta manera, no solo limitamos toxinas, sino que le damos al cuerpo formas sencillas de detoxificarse lo mejor posible.

Dicho esto, está claro que la mayoría de la población no tiene este estilo de vida. Cuando no es la dieta la que falla, va a ser un estilo de vida sedentario o el sueño.

El estrés puede hacer que rápidamente piquemos algo, bebamos más alcohol para relajarnos, fumemos un cigarrillo para aliviar la presión, salgamos de fiesta para desesestresarnos o, dependiendo de la vida laboral y social que tengamos, estar expuestos a múltiples exigencias que debilitarán nuestro estilo de vida.

Revista Sanifarma.- ¿Cuáles son los principales beneficios de hacer una detoxificación?

Dr. Regis Grosdidier- Elimina los signos de sobrecarga hepática que son despertar temprano por la noche entre la 1 a.m. y las 3 a.m., tez apagada, ojos blancos apagados, mal aliento, fatiga, piel menos clara, dificultad para digerir, sensación de náuseas, dolores de cabeza, etc. Logrando sentirse mejor, más ligero, con una tez más brillante, menos síndrome premenstrual, mejor aliento, sueño más reparador y mayor vitalidad.

Sentiremos los beneficios de una cura de detoxificación de manera especial si tenemos los síntomas que hemos comentado antes.

No obstante, una vez al año, se recomienda prevenir las famosas patologías de obstrucción, aquellas que se instalan insidiosamente por la acumulación de toxinas y pueden derivar en diversos trastornos o patologías: enfermedades autoinmunes, síndrome del intestino irritable, cáncer, patologías neurodegenerativas, etc.

Por lo tanto, es deseable y beneficioso apoyar al organismo en sus funciones de filtración y eliminación gracias a un protocolo de N.C.A.

¿Sensibilidad al polen, pelos de animales o al polvo?

ERGY'STAM

- ✓ Formula ideal en caso de molestias estacionales: 3 plantas + 3 oligoelementos + vitamina C
- ✓ Calma la irritación¹
- ✓ Equilibra el sistema inmunitario²



El plantago¹ es calmante en casos de irritación de garganta y faringe, y favorece la protección de las células frente al daño oxidativo. La vitamina C², el cobre² contribuyen al funcionamiento normal del sistema inmunitario especialmente necesario en primavera. Los complementos alimenticios no sustituyen una alimentación variada y equilibrada ni a un modo de vida sano ni tratamiento médico.

Dietas antiinflamatorias



*Las redes sociales se han llenado de dietas antiinflamatorias que, en la mayoría de los casos, confunden el concepto de inflamación con el de sentirse hinchado. Desde la **Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición**, advierten de que no existen las soluciones milagrosas. Además de cuidar la alimentación, siguiendo el patrón de la dieta mediterránea, hay que adoptar otra serie de medidas como evitar tabaco y alcohol, practicar ejercicio físico de forma regular, evitar el estrés crónico, dormir adecuadamente y combatir el sobrepeso.*

La inflamación es un mecanismo de defensa de nuestro organismo frente a las agresiones externas (enfermedades, infecciones, traumatismos, heridas...). Se trata de un proceso deseable y positivo, en el que intervienen múltiples mecanismos hormonales, vasculares y celulares.

El problema llega cuando la inflamación se mantiene en el tiempo, ya sea porque la agresión se mantiene, o porque nuestros sistemas de detección de dicha agresión no funcionan debidamente. Si la inflamación se prolonga en el tiempo puede llegar a dañar tejidos y órganos o provocar enfermedades

como diabetes, patologías cardiovasculares y algunas de tipo autoinmune, como la diabetes.

Hay que tener en cuenta que la inflamación produce una aceleración en los procesos de oxidación de nuestras estructuras celulares, lo que acelera su envejecimiento. Para contrarrestar este proceso se recomienda tomar alimentos ricos en antioxidantes, bien sea a través de los alimentos (pescados grasos y frutos secos, con omega 3; frutas y verduras crudas, con vitamina C, etc.) o de suplementos.



¿MODA O BASE CIENTÍFICA?

Las dietas antiinflamatorias parecen ser la panacea de todos los problemas en las redes sociales: para bajar de peso, para mejorar el sueño, para bajar la hinchazón, combatir la pesadez... Está claro que son el tema de moda, pero... ¿sus bondades tienen realmente una base científica?

Desde la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición advierten que no existen las soluciones milagrosas. Además de cuidar la alimentación, siguiendo el patrón de la dieta mediterránea, hay que adoptar otra serie de medidas como evitar tabaco y alcohol, practicar ejercicio físico de forma regular, evitar el estrés crónico, dormir adecuadamente y combatir el sobrepeso.

También recuerdan que a la hora de cocinar es importante emplear técnicas menos agresivas (entendido como aplicar temperaturas más bajas). Esto tiene una doble ventaja: preservar mejor algunas vitaminas y antioxidantes, y generar menos procesos oxidativos en los alimentos, disminuyendo su carga inflamatoria.

RECOMENDACIONES

Estas son algunas de las recomendaciones para combatir la inflamación crónica:

- Evita los alimentos ultraprocesados, ricos en azúcares añadidos, aditivos y grasas de bajo valor nutricional. Es importante fijarse bien en las etiquetas para saber los ingredientes.
- Opta siempre por la dieta mediterránea: frutas y verduras, aceite de oliva extra, pescados y mariscos, legumbres y cereales integrales de granos enteros.
- Di adiós al alcohol. No existe una dosis segura, y contribuye especialmente a la inflamación.

Alimentos recomendados

para combatir la inflamación crónica:



Frutas y verduras

Ricas en antioxidantes, vitaminas y minerales, desempeñan un papel crucial en la reducción de la inflamación. Contienen fitoquímicos que pueden neutralizar los radicales libres y modular las vías inflamatorias.



Pescados, frutos secos y aceite de oliva

Pescados grasos como el salmón, la caballa y las sardinas, tienen un alto contenido en Omega-3 y Omega-6, que influyen en los procesos inflamatorios. Los frutos secos también son ricos en grasas monoinsaturadas y poliinsaturadas, y el aceite de oliva tiene un alto contenido de grasas monoinsaturadas y se ha asociado con efectos antiinflamatorios.



Legumbres y cereales integrales

Lentejas, garbanzos y frijoles, entre otras legumbres, son fuentes de proteínas, fibra y antioxidantes de origen vegetal. También los cereales integrales, como el arroz integral, la quinoa y la avena.

CAMPAÑA DEL 27 DE MAYO AL 10 DE JUNIO

Detección precoz Celiarquía

La Enfermedad Celíaca (EC) es una patología multisistémica con base autoinmune provocada por el gluten y prolaminas relacionadas, en individuos genéticamente susceptibles. Su detección precoz es muy importante para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas. Del 27 de mayo al 10 de junio, las farmacias Sanifarma te informamos sobre la celiarquía y te ofrecemos la posibilidad de realizarte un test para su detección.

La **detección precoz de la celiarquía** es esencial para mejorar la calidad de vida de los/as afectados/as. Por ello, las farmacias Sanifarma colaboran cada año en la **detección precoz de la celiarquía** mediante una campaña que arranca el 27 de mayo, Día del Celíaco. Durante dos semanas, en tu farmacia Sanifarma te informarán sobre la enfermedad celíaca (síntomas, importancia del control de la enfermedad, etc.) y podrás realizarte una prueba de determinación a un coste promocional.

En Europa se estima que el 1% de la población es celíaca, con mayor incidencia entre las mujeres (en una proporción 2:1 respecto a los hombres).

Existen dos pruebas esenciales para la detección precoz de la celiarquía:



PRUEBA EN SANGRE

Para la detección de marcadores serológicos.



TEST GENÉTICO

Detecta la predisposición a desarrollar la enfermedad celíaca.

Si el resultado del test genético es positivo, no significa que el paciente sea celíaco sino que se presenta la **susceptibilidad genética a desarrollar la enfermedad** (sólo una de cada 30 personas que tienen la predisposición genética acaban desarrollando la enfermedad). Por el contrario, si el resultado del test es negativo, puede decirse con un 99% de seguridad que **la persona no va a desarrollar la enfermedad celíaca**.

Detección precoz de la
celiaarquía

**Una de cada 100
personas es celíaca
y no lo sabe**

¿y tú?




Sanifarma



Sintomatología de la enfermedad celíaca

Infancia

Vómitos
 Diarreas fétidas
 Náuseas
 Anorexia
 Astenia
 Irritabilidad
 Pelo frágil
 Hipotrofia muscular
 Fallo de crecimiento
 Introversión
 Dependencia
 Leucopenia
 Coagulopatías, trombocitosis
 Defectos de esmalte dental
 Dislexia
 Autismo
 Hiperactividad

Adolescencia

Anemia ferropénica
 Dolor abdominal
 Diarrea malabsortiva
 Estreñimiento
 Meteorismo
 Hepatitis
 Estomatitis aftosa
 Queilitis angular
 Dermatitis atópica
 Cefaleas
 Epilepsia
 Corta estatura
 Retraso puberal
 Menarquía tardía
 Artritis crónica juvenil
 Frecuentemente asintomática

Edad adulta

Apatía
 Irritabilidad
 Depresión
 Astenia
 Inapetencia
 Pérdida de peso
 Dermatitis herpetiforme
 Anemia ferropénica
 Osteoporosis/ roturas óseas
 Artritis/artalgias
 Colon irritable/estreñimiento
 Abortos/infertilidad
 Menopausia precoz
 Epilepsia/ataxia
 Neuropatías periféricas
 Cáncer digestivo
 Hipertransaminemia

Infarma2025

Del 25 al 27 de marzo se celebró en Barcelona INFARMA 2025, el mayor encuentro de Farmacia que integra el Congreso Europeo de Oficina de Farmacia y el Salón de Medicamentos y Parafarmacia. Una representación de Sanifarma acudió a este encuentro.

Como en cada edición, Sanifarma estuvo presente a finales del mes de marzo en INFARMA. Una oportunidad para conocer de primera mano los principales lanzamientos y novedades del sector que nos permita seguir ofreciendo el mejor servicio desde nuestras farmacias.

En la "comitiva" de Sanifarma se desplazaron a Barcelona **Álvaro Masa** (Farmacia Masa, en Burlada); **Belén López de Murillas** (Farmasuecun, Viana), **Laura Ursúa** (Farmacia Arrosadía, Pamplona), **Esther Villanueva** (Farmacia Heras, Pamplona) y **Lina Blanco** (Farmacia Lina Blanco, Huarte). Allí coincidimos también con **Nerea Viedma** (Farmacia Nerea Viedma, Zizur Mayor).



La caries dental se puede curar de manera natural

La caries puede prevenirse y revertirse en cierto grado y de forma natural, sin la intervención del dentista. Repasamos las causas que producen la caries y os damos algunos consejos para prevenirla y detener su progresión.

La lesión que conocemos como caries es un proceso reversible en un cierto grado. El cuerpo es capaz de regenerarse siempre que no se vea obstaculizado por una dieta y un estilo de vida inadecuados. Un hueso se repara después de una fractura, un diente aunque es la estructura más rígida del cuerpo humano **puede repararse y detener la lesión de caries**. Esta llamada «caries detenida» son zonas que han dejado de progresar y están inactivas, es como una cicatriz dental.

La caries se origina en la boca, con la ingesta de los alimentos; específicamente los carbohidratos, que al metabolizarse en la placa dental (comunidad de bacterias) forman ácidos que reaccionan en la superficie del diente, donde se produce un ciclo dinámico, continuo pero variable de desmineralización y remineralización.

El diente está formado por una estructura cristalina de hidroxiapatita, y está constituido principalmente de iones de calcio (Ca^{++}) y fosfato (PO_4^-). La desmineralización es el proceso de pérdida de estos iones que afectan a la estructura del diente, debilitándola. La restitución de estos iones minerales al diente se denomina remineralización.

El pH normal o neutro de una boca sana suele oscilar entre 6,7 y 7,4. Si predominan valores por debajo de pH 7 durante largos periodos de tiempo, se crea un ambiente ácido (ejemplo: dieta azucarada) propicio para que se desarrollen las bacterias (disbiosis) que su metabolismo produce fundamentalmente ácidos. Esto rompe el equilibrio de desmineralización y remineralización creando el ambiente con un pH ácido favorable para la desmineralización.

Como consecuencia, se produce la liberación de mucho componente mineral de la superficie del diente, con la pérdida de los cristales de calcio y fosfato que llegan hasta el colapso de la matriz de proteína estructural en el diente y llega a crear una cavidad (agujero, roto) que es lo que conocemos como lesión de caries.

Podemos considerar la caries como un **proceso bacteriano** de desequilibrio general de la persona **que favorece la desmineralización**.



Por contra si no continúa la producción de ácidos después de 30 a 45 minutos después de comer, el pH se recupera, sube y los minerales en forma iónica a través de la permeabilidad de la saliva en el diente tienden a incorporarse de nuevo a la estructura dentaria (remineralización) para detener o reparar la lesión de caries.

La saliva juega un papel clave en la protección frente a la caries. Su capacidad tampón hace que no se desarrollen caries, ya que es una solución saturada de los iones que favorecen la vuelta del calcio (Ca^{++}) y fosfato (PO_4^-) perdidos a la superficie del diente y toda lesión puede remineralizarse, para formar un tejido esclerótico, duro como una cicatriz dental que detiene el proceso de caries.

Cualquier alteración en la producción de la saliva, ya sea por respiración por la boca, estrés prolongado, una enfermedad crónica, medicaciones, deshidratación que son algunas de las causas frecuentes, va a disminuir el principal mecanismo de protección del diente.

La caries dental es por tanto una patología multi-factorial que como tal cuenta con unos factores causales y otros protectores. Por ello, deberemos centrarnos en favorecer el equilibrio general, eliminando los factores que colocan al individuo en situación de

riesgo de desarrollar lesiones de caries, y potenciando aquellos factores que mantienen un pH óptimo. Así, podremos prevenir e incluso remineralizar y detener lesiones de caries.

En la fase más inicial de pérdida de mineral, detección precoz de la caries no cavitada, este objetivo es más sencillo de alcanzar.

La caries no es inevitable pero depende de nuestro estilo de vida. Para prevenirla es importante seguir estas recomendaciones:

- La dieta alta en azúcar es la principal variable en la aparición de caries dental. Se aconseja **eliminar los azúcares refinados y los alimentos procesados** (embolsado, empaquetado, embotado,...).
- **No picar entre horas**, sobre todo alimentos y bebidas azucaradas: reduce el tiempo de exposición de los dientes a los impactos de pH ácido.
- **Respirar por la nariz**: la respiración bucal disminuye el flujo salival y acidifica.
- Beber agua a diario (nuestro peso dividido entre 7 es el número de vasos de 250 cc). **Evitar bebidas carbonatadas, alcohol y controlar el consumo de café diario.**
- Comer **alimentos ricos en minerales**: frutas, verduras, frutos secos, semillas y cereales integrales.
- Consumir la mayor cantidad posible de **alimentos crudos**: verdes, ensaladas, etc. y/o zumos que contengan clorofila.
- Ingesta diaria de **alimentos grasos Omega 3**: aguacates, aceitunas o frutos secos (nueces, almendras, avellanas, etc.) Las grasas cubren el diente, reduciendo la retención de los azúcares y la placa, además pueden tener efectos tóxicos sobre las bacterias.
- **Proteína animal y queso en pequeñas cantidades** pero en ingesta diaria combinados con muchas verduras y frutas. Las proteínas incrementan la capacidad tampón de la saliva y tienen efecto protector sobre el esmalte. Conjuntamente las grasas y proteínas elevan el pH tras la ingesta de carbohidratos.
- **Vitamina D3**, conocida como la vitamina del sol, facilita la absorción del fósforo y el calcio, que son fundamentales para la mineralización de los huesos y los dientes: tomar el sol (10 -15 minutos diarios), y en la dieta, a través de lácteos enteros, pescado azul y las yemas de huevo.
- **Regulación emocional y del estrés**: resolver conflictos de impotencia, sentirnos respetados y poder expresar las emociones. El estrés disminuye la producción de saliva.
- **Higiene bucal diaria.**

ADVERTENCIA: estos consejos no sustituyen un diagnóstico profesional, realizar la visita regular al dentista.

JOSE IGNACIO ZALBA

Especialista en Neurobiología Funcional en Odontología”

Centro Avanzado en Prevención
www.capdental.net



PHB

imprescindibles

Siente
el *cuidado completo*
de tu boca
con los
3 pasos de
PHB

1 CEPILLA 2 PERFECCIONA 3 COMPLETA



Caída capilar

consejos y cuidados



Carlota Martínez

CARLOTA MARTÍNEZ GONZÁLEZ-ALLER

Product Manager de Bioscalin®

La caída capilar se acentúa con la llegada de la primavera y en etapas vitales como la menopausia o el embarazo. Repasamos con Carlota Martínez González-Aller, Product Manager de Bioscalin®, sus causas y algunos de los cuidados y rutinas que pueden ayudarnos a fortalecer nuestro pelo y prevenir la caída.

Revista Sanifarma.- La caída capilar suscita muchas consultas en la oficina de farmacia. ¿Existen cada vez más casos o una mayor sensibilización sobre este problema?

Carlota Martínez González-Aller.- El mercado capilar es un mercado en alza y con tendencia positiva desde hace años, este último facturando 140MM€.

Desde los últimos años el consumidor está más sensibilizado con el problema, es un problema menos tabú y no solo los que sufren caída buscan tratamiento, sino también los que quieren prevenir y cuidar el cabello.

Revista Sanifarma.- Llega la primavera y se acentúan los casos de caída capilar con el cambio de estación. ¿A qué se debe?

Carlota Martínez González-Aller.- La transición a la primavera no solo trae consigo un cambio en las temperaturas y el paisaje, sino que también impacta en las fases del crecimiento capilar (anágena (crecimiento), catágena (transición), y telógena (reposo y caída).

Durante la primavera, los cambios en la duración de la luz solar y otros factores medioambientales pueden influir en estas fases,

provocando una mayor prevalencia de la fase telógena. Como consecuencia, el cabello puede perder su fuerza y volverse débil y quebradizo, con tendencia a caerse o a romperse fácilmente.

Este es un problema que puede afectar tanto a hombres como a mujeres, y al que Bioscalin® responde con una completa línea de productos que favorecen la fortaleza del cabello y el bienestar del cuero cabelludo, actuando tanto desde el interior como desde el exterior.

Revista Sanifarma.- La menopausia en una etapa en la que la caída capilar adquiere gran protagonismo. Bioscalin® cuenta con soluciones específicas para mujeres de +de 50 años. ¿Cuál es la peculiaridad de la caída en la menopausia y en qué se basa esta línea de tratamientos?

Carlota Martínez González-Aller.- Muchos de los cambios y síntomas de la menopausia, especialmente el debilitamiento y la caída del cabello, se deben principalmente a las fluctuaciones hormonales.

Con el envejecimiento, disminuye la producción de hormonas específicas como el estrógeno, la progesterona, la prolactina y

la tiroxina. Éstas, a su vez, pueden afectar directamente a la fase de crecimiento del folículo piloso y provocar un aumento de la producción de andrógenos, lo que puede contribuir aún más a la caída del cabello en la mujer.

Si se sufre de caída de cabello, hay que asegurarse de seguir una rutina de cuidado del cabello, evitando el calor y los productos químicos agresivos durante el lavado y el secado.

Bioscalin® TricoAGE 50+ ofrece una solución para fortalecer el cabello y mantener la salud del cuero cabelludo, actuando tanto desde el interior del folículo piloso como desde el exterior.

La gama **TricoAGE 50+** está diseñada específicamente para cuidar el cabello de las mujeres a partir de los 50 años, mejorar su densidad y devolverle su vitalidad.

Revista Sanifarma.- ¿De qué forma influyen las rutinas y cuidados del cabello y el cuero cabelludo? ¿Cómo podemos fortalecer el pelo y prevenir la caída?

Carlota Martínez González-Aller.- Todos deseamos lucir un cabello fuerte y bonito. Sin embargo, factores como el estrés, la genética, la mala alimentación y los malos hábitos de cuidado capilar pueden provocar la caída del cabello.

Si se busca mantener la melena en perfecto estado y evitar la pérdida de cabello, es importante tener rutinas de cuidado que fortalezcan y ayuden a prevenir la caída.

Entre otras medidas se recomienda mantener una correcta higiene capilar, desenredar antes de lavar (en seco), lavar el pelo con suavidad, aclarar con agua fría, utilizar productos especializados, seguir una dieta equilibrada, cepillar el cabello con regularidad, limitar el uso de secadores y planchas de pelo, evitar el estrés y consultar a un especialista.

Revista Sanifarma.- ¿En qué lanzamientos está trabajando Bioscalin®? ¿Cuáles son las principales novedades en el campo de la caída capilar?

Carlota Martínez González-Aller.- Desde 1991, Bioscalin® no ha dejado de innovar, lanzando nuevas líneas que se adaptan a las necesidades del consumidor y reformulando para no dejar de innovar y tener la excelencia en los productos.

Con la gama Bioscalin® Nova Genina, para la caída temporal del cabello para hombre y mujer y con productos innovadores y únicos en el mercado como Bioscalin® Activador Capilar iSFRP-1; la gama Bioscalin® Tricoage 50+, para satisfacer las necesidades capilares de las mujeres a partir de los 50 años y Bioscalin® Energy Hombre, para frenar el debilitamiento y la caída del cabello del hombre, así como proporcionarle energía y vitalidad.

Bioscalin® Activador Capilar con iSFRP-1 es una molécula anticaída de última generación que se libera en el interior del folículo piloso de forma dirigida y prolongada gracias a su exclusiva tecnología Bioscalin® ION.



LIDER CONTRA LA CAÍDA CAPILAR

Líder del mercado anticaída capilar en Italia, Bioscalin® es la marca dedicada al bienestar del cabello que trabaja en nombre de la Innovación, la Calidad, la Investigación y la Integridad.

Las fórmulas de los productos Bioscalin® son únicas y patentadas, resultado de la sólida experiencia y el rigor científico de la investigación de Giuliani, laboratorio farmacéutico italiano con más de 130 años de trayectoria.

Bioscalin® ofrece ingredientes activos y complejos exclusivos combinados con tecnologías innovadoras que permiten amplificar la acción de los productos y cubrir con éxito todas las necesidades de cuidado capilar tanto del hombre como de la mujer.

En Sanifarma trabajamos continuamente en la búsqueda de laboratorios punteros en cuidado dermatocósmico y capilar. Bioscalin® es precisamente una de las firmas que hemos incorporado a nuestras farmacias por su amplia trayectoria y experiencia en el cuidado capilar y, de forma específica, en la prevención y tratamiento de la caída.

CUIDADO *facial*

Las pieles maduras, especialmente en el caso de las mujeres de más de 40 años, requieren de unos cuidados específicos, dirigidos a prevenir el envejecimiento y compensar la pérdida de colágeno y elastina y la deshidratación asociadas a la menopausia.



Mascarilla 3 de IOMA

Su complejo de principios activos a base de ácidos hialurónicos, retinoides y péptidos combate los signos del envejecimiento y reduce los efectos de la menopausia en la piel, nutriéndola, alisándola y redensificándola.

Una o dos veces por semana, aplicar una capa espesa de la mascarilla sobre el rostro. Dejar actuar unos 10 a 15 minutos y retirar el exceso con un algodón humedecido.



Crema sublime revitalizante de IOMA

Tratamiento facial regenerante que reequilibra y estimula la piel, redensifica los volúmenes y redefine los contornos. Refuerza la barrera cutánea y estimula la producción de colágeno para una piel más firme, tersa y nutrida.

Aplicar la Crema Sublime Revitalizante por la mañana y por la noche sobre un rostro perfectamente limpio y por el cuello.



Lift Contours para cuello y escote

Tratamiento antiedad para cuello y escote. Con un activo tensor inmediato, con lipoaminoácido y con ácido hialurónico para reducir las arrugas de manera visible y con vitamina B3 y vitamina C para reducir las manchas. El cuello y el escote se vuelven más firmes y finos, día tras día.

Aplicar una o dos veces al día sobre cuello y escote, realizando masajes ascendentes. Comenzar con movimientos suaves de un hombro al otro y, alternativamente, desde la base del cuello hasta las orejas.



Goah Menopausia

Complemento alimenticio a base de mezcla de extractos vegetales (Genopause®), ácido hialurónico, extracto de cimicifuga racemosa, extracto de melón, zinc y vitaminas.

Contribuye aliviar los sofocos y mejora los cambios de humor y la calidad del sueño, mejorando también el estado de la piel.

Tomar dos cápsulas antes del desayuno.



Beevine aceite facial de Apivita

Aceite facial de rápida absorción que proporciona a la piel confort y luminosidad a la vez que rejuvenece y reafirma la piel. Con aceite de propóleo y de semilla de uva, nutre y redensifica. Renueva y suaviza la piel gracias al aceite de hinojo marino, con acción similar al retinol. Y revitaliza la piel y el estado de ánimo con los aceites esenciales de neroli, pachuli, salvia, rosa y geranio.

Aplicar unas gotas sobre las yemas de los dedos y masajear suavemente sobre el rostro, cuello y escote limpios. Utilizar solo o antes de la crema facial de día y/o noche.

CUIDADO *capilar*



Trico Age 50+ Ampollas de Bioscalin®

Tratamiento anticaída y redensificante que reduce el “adelgazamiento” del cabello. Con iSACTIFm complejo patentado que combina Ácido Maslínico del extracto de *Olea europaea* y *Swertia Chirata*.

Diseñado específicamente para mayores de 50 años, como toda la gama Trico Age 50+. Actúa sobre el metabolismo del folículo para aumentar su contenido energético y frenar la caída capilar.

Aplicar abriendo la ampolla, dosificar su contenido distribuyéndolo uniformemente sobre el cuero cabelludo y masajear hasta su absorción. No es necesario aclarado.



Trico Age 50+ Champú fortalecedor

Champú fortificante revitalizante recomendado para el cabello frágil y debilitado. Ofrece una limpieza profunda y delicada que mantiene el pelo sano mientras se vuelve más brillante, más fuerte y voluminoso.

Gracias a una tecnología de liberación patentada, sus ingredientes activos se adhieren al cabello y al cuero cabelludo, resistiendo al lavado, y se liberan gradualmente, prolongando así su acción.

Aplicar sobre el cabello mojado, masajear suavemente y aclarar con abundante agua evitando el contacto con los ojos.



Bioscalin® Activador capilar ISFRP-1

Con iSFRP-1, molécula anticaída de última generación que permite frenar la caída del cabello de forma innovadora. Se libera en el interior del folículo piloso de forma dirigida y prolongada.

Su exclusivo dosificador multidosis permite una sola aplicación por semana durante 6 semanas, haciendo que el tratamiento anticaída sea más sencillo y fácil de seguir. Se puede aplicar sobre el cabello seco o húmedo y no requiere aclarado.

NUEVAS *farmacias*

Os acercamos dos de las últimas farmacias que se han sumado a Sanifarma en los últimos meses: Farmacia Parque Yamaguchi, y Farmacia Anciones, ambas en Pamplona. Sus titulares, Alberto Rubio y Nadia Anciones, nos cuentan su experiencia en el grupo.



Alberto Rubio

📍 Pamplona

FARMACIA EN PAMPLONA

Alberto llegó a Navarra procedente de Barcelona, aunque es originario de Granada. Adquirió la Farmacia Parque Yamaguchi, con 20 años de trayectoria, mediante un traspaso el pasado mes de octubre y poco después se incorporó a Sanifarma. Hasta la fecha está encantado con todo lo que ha encontrado.

“Las ventajas de pertenecer a un grupo -nos explica- son múltiples; sobre todo económicas, porque las farmacias pequeñas y medianas nos beneficiamos de las condiciones grupales; también mejoramos nuestro nivel de servicios a los clientes, con más información y formación continua, y nos ayudamos en las faltas, productos sin rotación, etc.”

“Mi intención -subraya Alberto- es que los clientes perciban múltiples valores diferenciales en la farmacia. Para ello he potenciado la imagen de marca, he ampliado el horario e intento mantener un nivel de surtido amplio para no dar faltas.”

Como diplomado en Cosmética y Nutrición-Suplementación, a Alberto le gustaría desarrollar estas áreas en su farmacia. *“Intento ofrecer un consejo experto -añade-; siempre me ha gustado formar y tengo ya muchos años de experiencia y creo que es muy importante transmitir consejos de salud, de bienestar o de belleza en la comunicación con los visitantes de la farmacia para realizar una labor de salud integral desde nuestro puesto que beneficie a la comunidad y repercuta en nuestra reputación también y en la experiencia de cliente.”*

Otras de las acciones que ha desarrollado desde que asumió la titularidad de la farmacia es la comunicación, tanto mediante un blog (www.farmaciaparqueyamaguchi.com) como en instagram. También ha hecho una reforma en las instalaciones de la farmacia, donde **desarrolla talleres para sus clientes:** vecinos de la zona, estudiantes (dada su ubicación cerca de la Universidad) y pacientes de los centros hospitalarios próximos de la zona.



Nadia M. Anciones

📍 Pamplona

FARMACIA EN SAN JORGE

Nadia Anciones llegó a Navarra desde el País Vasco, donde ejerció durante doce años como farmacéutica adjunta. Abrió la farmacia en julio de 2024 y ese mismo mes de octubre, apenas tres meses más tarde, pasó a formar parte de la agrupación de farmacias Sanifarma.

“Conocí Sanifarma por medio de otros compañeros -nos explicaron ya les conocía de trabajar en San Sebastián y ya sabía un poco de toda la labor que hacen”.

“Mi experiencia hasta la fecha -añade- es positiva; es una pequeña familia en la que todos los miembros se ayudan en todo lo que pueden, en mejorar descuentos, impartir formaciones... es muy interesante todo lo que hacen”.

“Personalmente, lo que más valoro de Sanifarma es sentirme arropada por más farmacias; eso me hace sentir que no estoy sola en muchos aspectos, resolviendo las dudas y las cuestiones que surgen en el día a día”.

¿Cuál es el perfil de los clientes de tu farmacia?

El perfil de clientes tenemos es variado. Tanto gente joven, como gente mayor y de mediana edad.

¿Cuál dirías que es el valor diferencial de Farmacia Anciones?

Nuestro valor diferencial ante todo es utilizar la ética y el consejo farmacéutico.

Nos gusta resolver los problemas de salud de nuestros clientes, y dar el mejor consejo farmacéutico para el paciente, ayudándole en cualquier tipo de gestión a la hora de solucionar el problema. Puede ser, por ejemplo, porque no tengamos el medicamento que busca y hagamos las gestiones para conseguirlo y dar el mejor servicio.

En definitiva, se trata siempre de intentar que cada persona que entra en la farmacia se vaya con una sensación de ayuda y consejo, esto es muy importante para mí.

🌿 *Nuestro valor diferencial ante todo es utilizar la ética y el consejo farmacéutico.*

Sanifarma

Farmacias a tu servicio

 Tarjeta Sanifarma

NAVARRA

ANSOAIN

Beatriz Olaiz - Luis Romero
Rafael Alberti, 3 948 382 374 

ARRONIZ

Farmacia Arróniz
Plaza de los Fueros 15 948 537 411

BERA

Lasarte Goya, Amalia
Leguía, 31 948 631 264 

BERRIOZAR

Ongay Cordón, Javier
Etxaburua, 10 948 354 000 

Criado Garcia, Ana M.
Avda. Guipuzcoa, 59. 948 300 208 

BURLADA

Álvaro Masa
Calle Mayor 24 948 147 689

Farmacia Eva Pernas
Ronda de las Ventas, 11 948 131 353 

CADREITA

Farmacia María Amiano
San Miguel, 7 614 23 18 62

CAPARROSO

Farmacia Caparroso
Iñigo Arista, 2 948 730 985

CINTRUÉNIGO

Martínez Fernandez, Carla
Ribera, 4 948 812 015 

CIZUR MENOR

Farmacia Cizur Menor
Plaza Baltxarran, 5 699 838 017

ESTELLA

Hernández González, Cristina
Paseo Inmaculada, 70 948 546 534 

Farmacia San Miguel
Espoz y Mina, 1 948 546 284 

ETXARRI ARANATZ

Bakaikoa Ormazabal, Virginia
Burundabide, 3 948 462 009 

EULATE

Aguirre Ramirez, Mª Florinda
Mayor, 116 948 543 804

FUNES

Cantó Martínez, Mª Luisa
Avda. de Peralta, 9 948 754 534 

HUARTE

Blanco Ruiz, Ildelina
Zubiarte, 26 948 332 175 

LESAKA

Alzate Bazterretxea, Olga
Plaza Bittiria, 3 948 637 269 

MILAGRO

Áriz Martínez, Iñigo
Avda. San Juan 15 bajo 948 861 271 

NOAIN

Garisoain Otero, Ana
Real, 27 948 318 059 

OLITE

Salanueva de la Torre, Cristina
La Estación, 1 bis 948 741 750 

PAMPLONA

Bañuelos Valderrama, Zuriñe
C/ Doctor Galán 2 948 259 948

Cristina Labat-Ana Fernández
Isaba, 18 948 382 394 

PAMPLONA

de Fuentes Pérez, Natalia
Martín de Zalba, 7 948 164 062 

Farmacia Anciones
Doctor Fleming, 9 948 064 062

Farmacia Arrosadía
Pablo Antoñana, 22 639 18 55 49 

Farmacia Buztintxuri
Paseo Buztintxuri, 16 Bajo 848 820 885

Farmacia Crisfarma
Plaza Felix Huarte 6, Bajo 948 198 519

Farmacia Heras
Pico de Ori, 8 948 234 079 

Farmacia Izarbe
Adela Bazo, 10 948 591 878 

Farmacia Parque Yamaguchi
Plaza Pintor Paret, 5 948 271 614

Galea Tabar, Leyre
M^o de Urdax, 23 948 170 507 

García Lipuzcoa, Adriana
Navarro Villoslada, 12 948 244 376 

Jáuregui Nazabal, Clara
Conde de Rodezno 13 948 231 733 

Khayat, Raid
Remiro de Goñi, 2 948 072 426 

Maciá Soro, Beatriz
Pza Guitarrista Sabicas 3 948 383 520 

M^a J. Garralda-B. Fernández
de Aguirre
Joaquin Beunza, 39 948 136 783 

Martín Sedano, M^a Asunción
Cuenca de Pamplona 53 948 315 509 

Ruiz Bacaicoa, Javier
Plaza del Castillo, 25 948 221 624 

Zúñiga Olaso, Ana
Monasterio Tulebras, 1 948 266 005 

PUENTE LA REINA

González Valencia, Javier
Fray Vicente Bernedo, 24 948 340 055 

SANGÜESA

López Santamaría, Tomás
Mayor, 77 948 870 659 

SARRIGUREN

Susana Narro - Francisco Martínez
Pza. Pta. de Aranguren 1 948 805 780 

TAFALLA

Farmacia San Isidro
San Isidro, 34 948 703 223 

UHARTE ARAKIL

Azurmendi López, Garbiñe
Felipe Gorriti, 9 948 464 233 

URDIAIN

Urdiain Botika
C/ Bentalde, 2 948 562 804 

VIANA

López de Murillas Suescun, Belén
La Pila, 19 Bajo 948 645 418 

VILLAVA

Carmen Gil Díaz
Las Heras, 7 bajo 948 071 566

ZIZUR MAYOR

Farmacia Nerea Viedma
Errotaxar, 17 948 020 413

GUIPUZCOA

ANDOAIN

Zatarain Gordo, Ana Elisabet
Pza. Elizondo, 6 943 590 802

SAN SEBASTIÁN/DONOSTIA

Farmacia Cabezudo
San Francisco 54 943 275 448 

Farmacia Olano
Dr. Marañón, 34 943 219 412

TOLOSA

Olarreaga Aramburu, Marta
Martin Jose Iraola, 10 943 672 438

ZARAUTZ

Noemí Gallo - Zaloa Gallo
Zigordia, 17 943 134 019

LA RIOJA

ARNEDO

Rincón Farmacéuticos S.C.
P^o Constitución, 58 941 380 879 

CALAHORRA

Farmacia Minerva Eguizabal
C/ José M^o Garrido, 10 941 139 479

HARO

Farmacia El Mazo
Julián Fernández Ollero, 12 639 070 348

LOGROÑO

Paternain-Martínez
Avda. Jorge Vigón, 53 941 233 655

QUEL

Hernández Rivero, Rodolfo
Avda Santa Cruz 2 bis 941 392 034 

Ampliamos la gama para el confort urinario con

Cisprenicina Flash FORTE



Tratamiento intensivo de 5 días que ayuda a disminuir las primeras molestias urinarias agudas, con **3 g de D-Manosa**, 306 mg de Arándano Rojo Americano y 299 mg de N-Acetilcisteína, en **formato portable**.

TRIPLE ACCIÓN: Ayuda a disminuir:

- 1 Los biofilms bacterianos creados** (comunidad de bacterias), gracias a la NAC.¹
- 2 La formación de nuevos biofilms bacterianos**, gracias a la NAC.¹
- 3 La adherencia de las bacterias** a la pared de la vejiga, gracias al arándano rojo americano² y a la D-manosa.³



Con **3g** de D-Manosa

Cispren Gama especializada para todas las fases del malestar urinario

Nuevo



CN: 2174375
PVL: 12,72 €



CN: 2016804
PVL: 10,29 €



CN: 1880369
PVL: 8,56 €



CN: 2101234
PVL: 17,55 €



CN: 2101227
PVL: 14,24 €



Ayuda a disminuir las primeras molestias urinarias

Efecto coadyuvante al antibiótico

Ayuda a disminuir el riesgo de recaídas