

**Al via 'Talks 2024': appuntamento con il benessere.
Dal 12 gennaio, on line le nuove pillole di salute per vivere meglio,
con i consigli degli esperti.**

La salute della pelle, la medicina di genere, i segreti del microbiota, la prevenzione del diabete, ma anche i disagi adolescenziali e le fasi della vita della donna sono alcuni dei temi proposti sui canali LloydsFarmacia – BENU Farmacia, per accompagnare i cittadini a migliori stili di vita e combattere le fake news.

La piattaforma è accessibile gratuitamente, da <https://insalute.lloydsfarmacia.it> e dai canali social. Trentamila visualizzazioni per l'edizione 2023.

Bologna, 10 gennaio 2024 - Sono oltre trenta gli esperti in diverse patologie, a confronto su otto macrotemi scelti fra gli argomenti più attuali e di interesse, che LloydsFarmacia – BENU Farmacia ha riunito per il suo 'Talks 2024': la terza edizione delle pillole di benessere, online dal 12 gennaio su <https://insalute.lloydsfarmacia.it>

Un palinsesto gratuito, completamente dedicato a prevenzione e stili di vita consapevoli, con la conduzione dei giornalisti Susanna Messaggio e Alessandro Santoro, che 'incontrano' specialisti di varie materie, medici ma anche trainer e coach olimpionici, per aiutare i cittadini a fare chiarezza su temi della salute: vere e proprie patologie, ma anche stili di vita e i servizi di prevenzione in farmacia, che possono aiutare a tenere sotto controllo parametri fondamentali.

Indubbie emergenze socio sanitarie, come il diabete di tipo 2 e i disagi adolescenziali, fra filtri social e accettazione di sé, si alternano - con Talks - a temi sempre più attuali, come l'ormai indiscusso 'asse intestino-cervello', un'alimentazione attenta alle esigenze ambientali, una medicina capace di rispondere alle diversità di genere e alla popolazione transgender - che vede coinvolte 400.000 persone in Italia - il benessere della donna, nelle più varie fasce di età, il ruolo di telemedicina e intelligenza artificiale per prevenzione e salute, consigli per l'integrazione alimentare, per un reale benessere psico-fisico, nella vita e nello sport. **Sono questi i macro temi scelti per i 'Talks 2024': appuntamento con il benessere**, accessibile dal sito web e dai canali social di LloydsFarmacia – BENU Farmacia.

Talks dà voce ad oltre trenta esperti e divulgatori, fra i quali: **Anna Maria Colao**, endocrinologa di fama internazionale; **Beatrice Casoni**, medico chirurgo, specialista in psichiatria, Direttore Sanitario Healthy Brain Institute, Bologna; **Silvia De Francia**, docente Università degli Studi di Torino ed esperta in Medicina di Genere; **Ines Mordente**, medico chirurgo specialista in dermatologia e venereologia; **Lucilla Titta**, nutrizionista e ricercatrice, Istituto Europeo di Oncologia; **Nicoletta Romanazzi**, mental coach; **Elisa Stefanati**, psicologa e psicoterapeuta presso Quisisana Ferrara; **Giuseppe Ventriglia** esperto e docente di Clinical Pharmacy, Università degli Studi di Milano.

*“Con Talks, consigli e informazioni digital si integrano alle consulenze e ai servizi in farmacia, in un sistema esclusivo della nostra catena, che sarà completamente rebrandizzata BENU Farmacia entro l'estate 2024. Il nostro impegno è e sarà sempre più creare e incentivare 'storie di benessere' condivise con la popolazione e il territorio, in farmacia con l'innovativo format Hub Salute e on line. - è il commento di **Vincenzo Masci, Commercial & Marketing Group Director PHOENIX Pharma Italia** - Questi 'talks' sono del tutto in linea con la nostra rinnovata mission: affiancare il cittadino nella sua ricerca di salute e farlo in maniera smart. Sappiamo che le persone cercano online risposte ai propri problemi di salute, ma anche quanto sia facile imbattersi in fake news o notizie non verificate. Con questa iniziativa, vogliamo raggiungere le persone con contenuti veramente 'smart', ma seri e garantiti dall'esperienza degli speaker: voci autorevoli nel panorama nazionale e divulgatori con esperienza. In tempi di disinformazione sanitaria e criticità dell'assistenza, facciamo la nostra parte anche online, come facciamo quotidianamente con i consigli dei nostri farmacisti, in farmacia. Le migliaia di visualizzazioni, nelle scorse edizioni, ci confermano quanto sia richiesta un'informazione di qualità. Con Talks, noi la offriamo, grazie alla competenza degli esperti coinvolti, accreditati nella comunità medico-scientifica, che ringraziamo per il loro prezioso contributo, insieme ai nostri esperti e farmacisti”.*

LE VOCI DEGLI ESPERTI: ALCUNE 'PILLOLE' DA TALKS: APPUNTAMENTO CON IL BENESSERE

Prevenire e combattere il Diabete di Tipo 2 grazie a stile di vita, attività fisica e alimentazione è il focus a cura di **Anna Maria Colao, endocrinologa di fama internazionale**, per contribuire a fronteggiare la patologia che in Italia colpisce oltre 4 milioni di persone, mentre si stima che un ulteriore milione ne sia affetto inconsapevolmente. *“Il diabete di tipo 2 è la vera pandemia del mondo occidentale, in Italia siamo circa al 6% di incidenza, con un gradiente a sfavore del sud. Lo stile di vita sano si basa sull’esercizio fisico quotidiano, sui bioritmi e l’eliminazione delle sostanze tossiche, tra cui l’abuso degli apparecchi elettronici. Mangiamo decisamente troppo, la dieta dovrebbe comprendere abbondanza di vegetali, olio extra vergine di oliva, basso tenore di proteine animali, in linea con una dieta sostenibile, favorevole per il pianeta.*

Dall’adolescenza alla menopausa, focus sul ruolo della **nutrizione**, alleata imprescindibile nel contenere e nel prevenire stati infiammatori e insulino-resistenza, all’origine di disturbi e patologie nelle diverse fasi della **vita della donna**. **Beatrice Mosele**, esperta di **salute femminile**, nel condividere i suoi consigli di alimentazione, evidenzia *“La nutrizione interagisce fortemente con l’equilibrio ormonale. Averne cura può essere di grande aiuto fra l’altro, per la fertilità naturale, prevenire e contenere stati infiammatori e insulino-resistenza, far fronte a patologie come l’endometriosi e vivere la menopausa in salute.”*

L’adolescenza è la fase cruciale, in cui il corpo inizia a cambiare, mentre sorge il desiderio di capire come piacersi e piacere di più, fra crisi di autostima, prime relazioni e difficoltà dell’accontentarsi. *“Questo è sempre accaduto”* - commenta **Elisa Stefanati, psicologa e psicoterapeuta** – *“Oggi, il disagio adolescenziale e gli stigmi possibili, fra filtri social e realtà, come se il mondo fosse ‘racchiuso in un selfie’, possono costituire materia di legittima preoccupazione dei genitori. È importante non sottovalutare i segnali di malessere, che possono spingere l’adolescente a un uso compulsivo del fotoritocco e/o a voler ricorrere precocemente alla chirurgia estetica, portando la non accettazione di sé a una vera e propria patologia, la dismorfofobia.”*

Ines Mordente specialista in **Dermatologia e Venereologia**, ha ideato una vera e propria **#acnerevolution** *“Dall’acne si può guarire, ma è necessario conoscere e accettare sé stessi, lavorare con un approccio integrato e soprattutto accettare la natura della propria pelle, all’insegna di una #skinpositivity, che può molto aiutare nel fronteggiare la patologia cutanea più diffusa.”* L’acne colpisce oltre l’80% degli adolescenti nel mondo - circa quattro milioni in Italia - e un adulto su dieci.

Uomini e donne rispondono diversamente alle cure e molto diversi possono essere gli eventuali effetti avversi. È l’approccio ormai indiscusso della **medicina di genere**, della cui voce si fa portatrice **Silvia De Francia** che evidenzia come: *“Siamo profondamente diversi e per questo dovremmo essere considerati e considerate”.* *“L’approccio sesso/genere specifico è strettamente legato alla cardiologia: quando nella donna cala la protezione ormonale il rischio cardio vascolare aumenta. È sempre più necessario raccogliere ed elaborare dati nell’ambito della medicina di genere, per una terapia ‘tarata sull’individuo. Così come è necessaria una visione medica e di prevenzione dedicata alla popolazione transgender, che vede coinvolte oltre 400.000 persone in Italia. Sono preoccupanti i dati dell’Istituto Superiore di Sanità che indicano che le persone transgender non effettuano più screening adeguati alle malattie neoplastiche, riferiti al sesso di origine.”*

L’asse intestino-cervello vede fra i protagonisti **Beatrice Casoni**, medico chirurgo, specialista in psichiatria, che sottolinea come *“Lo stato della nostra mente e il funzionamento del nostro cervello influenzano il resto del corpo, determinando anche patologie funzionali e disturbi, a carico dell’apparato gastro-intestinale.”* La mental coach **Nicoletta Romanazzi** fautrice di un approccio olistico di allineamento mente e corpo per le sfide sportive e non solo, ha portato esempi di atleti olimpici che segue: *“Sono arrivati da me atleti olimpionici con potenziali enormi che venivano espressi negli allenamenti ma non nelle gare, dove le gambe diventavano pesanti come mattoni. Il mental coach aiuta questi ragazzi a gestire lo stress e la tensione. I grandi atleti sanno che la cosa più importante è allineare la mente con il corpo.”*

LloydsFarmacia-BENU Farmacia, insegna retail di PHOENIX Pharma Italia, si contraddistingue da sempre per la sua vicinanza al cittadino e per l’attenzione ai suoi bisogni di salute e benessere. Con i suoi oltre 270 punti di riferimento aperti sul territorio, i servizi a domicilio, i farmacisti e i dipendenti tutti, la catena prosegue e conferma il suo impegno, con sempre nuove iniziative, per la salute e per la prevenzione.

www.lloydsfarmacia.it www.admentaitalia.it

Ufficio stampa a cura di Mec&Partners

paola.abruzzo@mec-partners.it + 39 349/23 25 481 * valerio.curto@mec-partners.it + 39 327/ 35 75 292