

5 cose da sapere per prevenire le cistiti

Date : 21 febbraio 2018

I cinque consigli del professor **Stefano Salvatore**, Ginecologo e Responsabile dell'unità di Uroginecologia dell'IRCCS Ospedale San Raffaele nonché presidente della Società Europea di Uroginecologia, spiegati durante il corso al Buongusto Tigros di Busto Arsizio

- 1) importante è la pulizia
- 2) tenere in ordine l'intestino
- 3) mangiare collagene
- 4) evitare i cibi che infiammano
- 5) usare cibi ricchi di vitamina c

[GUARDA TUTTI I VIDEO SULLE "5 COSE DA SAPERE"](#)

[GUARDA TUTTI GLI ARTICOLI SUI CORSI TIGROS E BENESSERE](#)