

# Starbene

**CHIEDI  
A STARBENE**

**100 ESPERTI  
RISPONDONO GRATIS SU  
ESPERTI.STARBENE.IT**



## S.O.S. GINOCCHIO

- > i disturbi più diffusi
- > le cure più efficaci
- > i rimedi dolci

**LE PILLOLE  
NON PILLOLE**  
come funzionano  
cerotti e anelli con  
pochi ormoni

una buona volta

## IL LATTE FA BENE SÌ O NO?

# dai una scossa AL METABOLISMO con lo sport

**TUTTO  
IL GIORNO  
AL MARE**  
che si mangia?

## sfrutta la doccia

per far del bene alla tua pelle

**LO STARBENE LAB  
HA TESTATO PER TE**

- > I TÈ IN BOTTIGLIA
- > LE APP PER LA SALUTE  
DEI BAMBINI
- > LE BORRACCHE PER IL FITNESS



# LE APP PER IL BENESSERE DEI BAMBINI


Ne abbiamo valutate 10. Ecco le migliori 3: per completezza delle informazioni, facilità d'uso e convenienza

di Luca Conti

La salute dei bambini è una questione delicata, ma la tecnologia può darti una mano per viverla con meno stress, grazie alle app giuste. Starbene ne ha testate 10, selezionando le migliori 3 in base alla completezza delle informazioni, alla facilità di utilizzo e al prezzo (sono tutte gratuite). Scopri, a destra, quelle che hanno conquistato il nostro contest.



## il punto di forza L'ABC DELLE MANOVRE SALVA VITA

 *SalvaBimbi* spiega, passo dopo passo e attraverso indicazioni vocali, come praticare le manovre di disostruzione nei bambini e nei lattanti che rischiano il soffocamento. Inoltre, riporta l'elenco geolocalizzato degli ospedali più vicini e un tasto che, con un semplice click, ti permetterà di chiamare direttamente il 118. Da segnalare anche la sezione *news*, ricca di consigli che mettono in guardia sui comportamenti a rischio e di suggerimenti riguardo alla prevenzione. **Download per Android: [manovredidisostruzionepediatriche.com](http://manovredidisostruzionepediatriche.com)**



## il punto di forza IL CONTROLLO DELLA STANZA IN CUI DORME

 *Baby Monitor di Annie* trasforma smartphone, tablet e computer in un sistema di sorveglianza dedicato ai genitori che vogliono tenere sotto controllo i figli piccoli mentre riposano in un'altra stanza. Le immagini e i suoni del bebè, catturati dalla fotocamera di un cellulare posizionato nei pressi del lettino, verranno inviati al tuo device, in modo da intervenire in caso di necessità. Inoltre, premendo un tasto, si può anche parlare con i piccoli. È possibile monitorare fino a 4 stanze. **Download per Android e iOS: [anniebabymonitor.com](http://anniebabymonitor.com)**



## il punto di forza DATI SEMPRE PRONTI DA CONSULTARE

 *Baby Tracker* offre la possibilità di registrare le abitudini quotidiane del tuo bambino e le fasi di crescita del piccolo: permette di tracciare pasti, cambi del pannolino e sonnellini, e di aggiungere anche note e immagini. Tutte le informazioni inserite, consultabili anche attraverso dei grafici (che permettono di valutarne l'andamento in modo più completo), saranno quindi pronte per essere condivise con gli esperti a contatto con il piccolo, come pediatri e baby sitter. **Download per Android e iOS: [nighp.com](http://nighp.com)**

### IL NOSTRO LAB SALUTE

**Luca Conti**  
giornalista  
[pandemia.info](mailto:pandemia.info)  
**dott. Giuseppe Fattori**  
medico esperto  
in promozione  
della salute

Trovi tante tecnovità sul nuovo blog di Luca Conti: [SALUTEHITECH.STARBENE.IT](http://SALUTEHITECH.STARBENE.IT)