

IL MERCATO I prodotti per

A cavallo tra gli anni Settanta e Ottanta si sono sviluppati nuovi modelli di comportamento e si è avviato un processo di maggiore responsabilizzazione dell'individuo nei confronti della propria salute; fu, infatti, in quei tempi che le persone iniziarono a essere un po' meno "pazienti" (gli americani li chiamavano *couch potato*, espressione che si traduce in "pantofolaio, poltrone", ma che in effetti stava a rappresentare chi era preda passiva delle sue malattie e, per conseguenza diretta, totalmente dipendente dal medico) per trasformarsi, lentamente e gradualmente, in *self health manager*. Il nuovo modello di comportamento portò molti individui a cambiare, almeno parzialmente, stile di vita, dedicando più tempo alla cura di se stessi, con particolare attenzione al benessere e alla forma fisica.



Ovviamente, l'industria che si occupava di salute si rese perfettamente conto delle trasformazioni che stavano interessando la società e colse immediatamente l'opportunità di rispondere alla crescente domanda di wellness e well being con un'adeguata offerta di prodotti posizionati in quest'area.

Nacquero così i primi integratori alimentari specifici, volti a favorire l'assunzione di determinati principi nutritivi scarsamente presenti negli alimenti assunti quotidianamente, oppure totalmen-

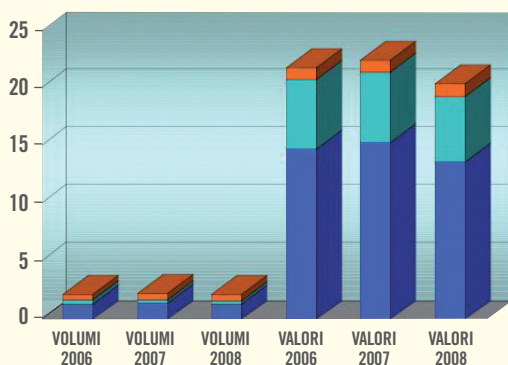
te assenti a causa di una dieta non corretta. Nel caso di chi pratica attività sportiva vi è un accresciuto fabbisogno di nutrienti e si ricorre generalmente a diversi tipi di integratori, tra i quali si possono citare i sali minerali, le proteine, gli aminoacidi e gli energetici. Poiché l'attività sportiva richiede, per non essere dannosa, una massa muscolare sempre efficiente, i reintegratori salini compensano la sudorazione, mentre le proteine, gli aminoacidi e gli energetici riforniscono l'organismo di energia e nutrienti in misura adeguata al fabbisogno, per evitare la stanchezza e l'eccessivo affaticamento.

Naturalmente, la farmacia rappresenta il luogo deputato ideale dove acquistare i prodotti, anche se il regime di vendita di questa tipologia di preparati viene condiviso sia con altri sistemi distributivi al dettaglio sia con le palestre e i centri fitness. Nel canale specializzato il giro d'affari è stato di poco superiore ai venti milioni di euro nel 2008, ma valeva di più negli anni precedenti; pure le quantità vendute dalle farmacie, sempre sopra i due milioni di confezioni, nell'ultimo anno hanno subito una certa contrazione. Questa piccola crisi del settore può in parte essere dovuta alla concomitante crisi economica, ma anche alla concorrenza degli altri canali di vendita e si manifesta su due dei tre segmenti che lo compongono.

A valori, nel 2008 troviamo infatti in regresso i drink (-11,1 per cento), la classe più importante in ordine ai consumi e alla spesa, le altre forme di assunzione (-8,2 per cento), mentre le barrette (la classe di minore importanza) è in ascesa del 10 per cento (figura 1).

La flessione dei drink non trova peraltro spiegazione nella

Fig. 1: EVOLUZIONE DEL MERCATO
(Dati in milioni - valori in prezzi al pubblico)



■ BARRETTE	0,5	0,6	0,6	1,0	1,0	1,1
■ ALTRE FORME	0,4	0,3	0,3	6,0	6,1	5,6
■ DRINK	1,3	1,4	1,3	14,7	15,3	13,6

Fonte dei dati: IMS Health

Integratori ed energetici specifici a sostegno dell'attività fisica possono garantire un buon giro d'affari per la farmacia, nonostante la concorrenza di palestre e centri fitness. A patto che si appronti un'oculata strategia di acquisti, legata alla stagionalità e un'esposizione mirata a cogliere l'attenzione degli sportivi

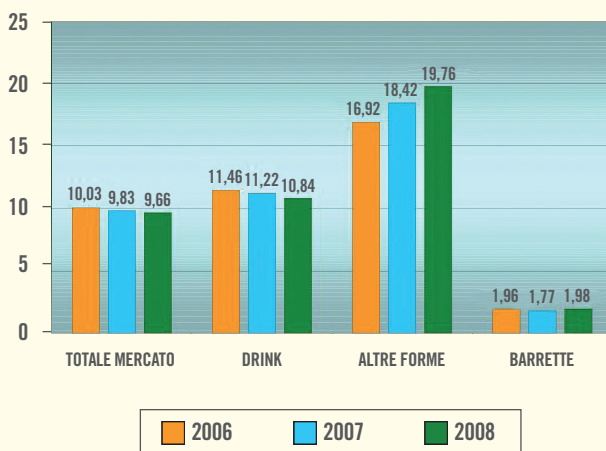
lo sport

DI MASSIMO STRAGLIATI
MANAGEMENT & MARKETING CONSULTANT

tensione dei prezzi (figura 2) che, in questo caso, è addirittura in deriva deflativa (-3,4 per cento), al contrario di quanto accade per le altre forme (segmento in *premium price*) dove i prezzi hanno registrato una notevole impennata (+7,2 per cento); a questi si aggiunga la sostanziale stabilità delle barrette (ferme ai livelli del 2006, pur riconoscendo un andamento incostante nel triennio) che porta, come risultato finale, a un prezzo medio del comparto in leggera caduta (-1,7 per cento).

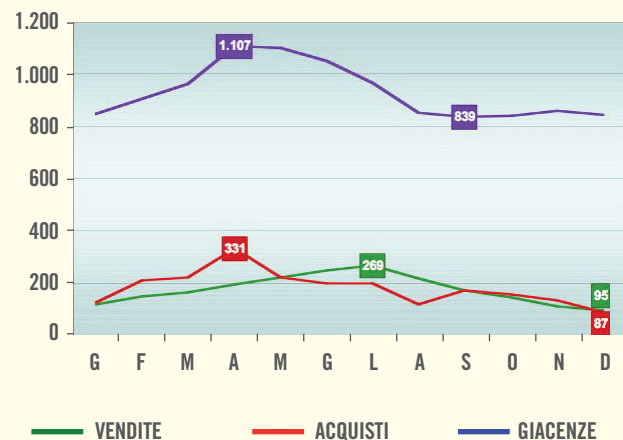
Il settore è tipicamente tra quelli che risentono in maniera marcata dei fattori di stagionalità anche se non si può dimenticare che molte persone, nel periodo invernale, ricorrono alla palestra o ai centri fitness, mentre in estate preferiscono l'attività all'aria aperta: le farmacie costituiscono il loro fabbisogno con una pressione di sell in nei mesi primaverili, mentre il sell out tende a crescere nella prima metà dell'anno e a scendere da agosto in poi (figura 3). Di conseguenza, gli stock si appesantiscono quando gli acquisti delle farmacie sono più rilevanti per poi

Fig. 2: EVOLUZIONE DEL PREZZO MEDIO
(Dati in euro - prezzi di vendita al pubblico)



Fonte dei dati: IMS Health

Fig. 3: STAGIONALITÀ
(Volumi mensili in migliaia di confezioni - anno 2008)



Fonte dei dati: IMS Health

scendere a livelli di normale giacenza nel periodo autunnale e in quello invernale.

A fine 2008 le quantità in stock alle farmacie ammontavano a 844.000 confezioni, pari a un indice di provvista (forse eccessivo) di circa nove mesi; in ultima analisi, la merce sui banchi della farmacia è quindi ruotata 2,4 volte nel corso dell'anno.

Il settore ben si presta alle logiche del *category management*, soprattutto per quelle farmacie che vantano un bacino d'utenza composto per la maggior parte da popolazione giovane, oppure ubicate in prossimità di aree verdi o, ancora meglio, vicino a palestre e centri fitness: per creare "l'angolo dello sportivo" si possono associare a integratori ed energetici anche articoli ortopedici (sezioni elastiche), massaggiatori, elettrostimolatori e prodotti topici per il massaggio (creme e oli), alcuni tipi di cerotti (per respirare meglio, per le vesciche), borse per il ghiaccio e per i traumi, e, per finire, prodotti cosmetici per la cura delle gambe e dei piedi.

I PRODOTTI

Ai blocchi

Sport, una parola che è sinonimo non solo di esibizione e competizione, ma soprattutto di giusto equilibrio tra attività fisica, esercizio mentale e buona alimentazione. Già gli antichi romani recitavano *mens sana in corpore sano*. Oggi sappiamo bene come praticare una corroborante attività sportiva, da scegliere secondo le caratteristiche dell'atleta, del tipo di sport praticato e delle condizioni ambientali, sia essenziale per mantenersi in perfetta salute, purché sia commisurata all'età. Gli uomini, per esempio, consumano più energia delle donne, i giovani più degli anziani e le persone in carne più di quelle magre. Si consuma più ossigeno in sport come ciclismo, corsa, nuoto, basket, sci e tennis rispetto alle arti marziali o al body building, così come le attività all'aperto richiedono un fabbisogno energetico maggiore rispetto a quelle praticate in palestra.

QUANDO SI COMINCIA?

I bambini possono cominciare l'attività fisica a scopo ludico verso i quattro o cinque anni per un'ora, due o tre volte alla settimana. Dal punto di vista auxologico, infatti, il bambino in questa età cresce soprattutto in altezza. Occorre perciò stare attenti che la colonna vertebrale non si incurvi predisponendo alla cifosi e alla scoliosi. Dagli otto anni, invece, c'è un aumento anche della massa muscolare e della forza, che vanno ad armonizzarsi con l'altezza raggiunta. A livello psichico predomina una forte motivazione al bisogno di gioco e di libertà, per garantire la propria autoaffermazione. La pratica sportiva vera e propria, la specializzazione e l'agonismo variano in funzione dei diversi sport: per l'atletica leggera l'inizio è 10-12 anni, la specializzazione a 15-16 anni, l'agonismo a 20-35; per il tennis è rispettivamente a 8-10 anni, 12-14 anni e 17-26 anni; per la ginnastica l'inizio è anticipato a 6-7 anni, la specializzazione a 10-11, per sfociare nell'agonismo a 14-28 anni.

Tutti gli sport si adattano bene a maschi e femmine, tranne forse la boxe, e anche quelli apparentemente aggressivi come il karate o le arti marziali sono invece discipline che aiutano a migliorare l'autocontrollo e la capacità di difesa nel rispetto dell'avversario. L'allenamento fisico andrebbe mantenuto anche in età adulta: già intorno ai 25 anni, infatti, comincia il processo di invecchiamento che raggiunge l'apice a sessant'anni, mentre i quarant'anni rappresentano il momento nel quale cambia la fi-

siologia del corpo, con la diminuzione della massa muscolare e l'aumento di quella adiposa. Nella terza età, poi, ci sono evidenti benefici derivanti dall'esercizio fisico: miglioramento dell'irritazione cardiaca e della circolazione, della coordinazione motoria, diminuzione della pressione arteriosa, rinforzo delle ossa, miglioramento dell'equilibrio psicofisico, mantenimento del peso ideale. La pratica sportiva, naturalmente, è personalizzata secondo lo stato di salute dell'anziano e suggerita dopo una rigorosa visita medica.

Dimmi che sport fai e ti dirò chi sei

Anche la pratica sportiva può avere un'implicazione psicologica, rivelare la personalità di chi lo sceglie.

Vediamo alcuni esempi:

- ◆ **boxe:** è praticata da persone impulsive, culturalmente di basso livello, con difficoltà di adattamento sociale;
- ◆ **scherma:** per chi ha buon autocontrollo e sicurezza;
- ◆ **tennis:** adatto a chi è concettualmente elevato, perché non implica il danneggiamento dell'avversario, ma la violazione del suo territorio;
- ◆ **sport di squadra:** si esprime una guerra ritualizzata per il predominio del territorio avversario e la vittoria è simbolicamente rappresentata dal goal o dal canestro;
- ◆ **atletica:** è praticata da chi ha desiderio di manifestare la propria superiorità fisica;
- ◆ **ginnastica artistica, tuffi, pattinaggio:** sono praticati da chi ha un forte senso estetico e tende all'esibizionismo;
- ◆ **automobilismo, motociclismo, discesa libera:** caratterizzati da un forte senso del rischio e del pericolo, per chi è alla ricerca di nuovi stimoli;
- ◆ **equitazione, vela, canoa, alpinismo:** sono sport solitari, nei quali la ricerca del dominio si manifesta come supremazia sulle forze naturali.

Idrico salini, energetici, proteici, antiossidanti, adattogeni: formulazioni diverse che soddisfano le necessità specifiche di chi pratica attività fisica. L'importante è combinare integratori e dieta

di partenza

DI MASSIMILLA MANETTI RICCI
FARMACISTA (MILANO)

IN AIUTO ALLA DIETA

A una corretta attività fisica si accompagna sempre una dieta bilanciata che deve avere un contenuto glucidico del 55-60 per cento, lipidico del 25-30 per cento, proteico del 12-15 per cento. I glucidi, sottoforma di pane, pasta, riso, cereali, patate, sono la principale fonte energetica per i muscoli, consentendo di accumulare nel fegato e nei muscoli il glicogeno da utilizzarsi durante la gara. Anche l'idratazione è fondamentale per compensare la perdita con il sudore di acqua e sali minerali; mentre occorre stare attenti ai sintomi della disidratazione come i crampi e l'ipertermia fino al colpo di calore. In particolari situazioni di stress fisico sono utili gli integratori, nutrienti naturalmente presenti nei cibi, che non si devono sostituire a una dieta equilibrata. Il ministero della Salute raccomanda di utilizzarli tenendo conto di alcuni aspetti:

- ◆ che gli apporti energetici nutritivi della razione alimentare vengano completati e non sbilanciati;
- ◆ si pratichino attività agonistiche o amatoriali che comportano un dispendio energetico elevato e un'eccessiva perdita di sali minerali con la sudorazione;
- ◆ si scelga il tipo di integratore effettivamente rispondente alle proprie necessità specifiche e individuali;
- ◆ si osservino le modalità d'utilizzo e le eventuali avvertenze non superando le dosi consigliate ed evitando l'uso prolungato.

In generale, la buona norma da rispettare è di non usarli in gravidanza e sotto i quattordici anni.

Per comodità di classificazione si suddividono nelle seguenti categorie:

- salini (aspartato di potassio e magnesio);
- energetici (fruttosio e maltodestrine);
- proteici (aminoacidi ramificati e glutammina);
- antiossidanti (vitamina C, E, betacarotene, glutazione, coenzima Q₁₀);
- regolatori metabolici (creatina, L-carnitina, carnosina);
- adattogeni (ginseng, eleuterococco, rodiola).

IN PISTA CON GLI IDRICO SALINI

L'integrazione di acqua ed elettroliti è fondamentale quando lo sforzo fisico è intenso e ripetuto più volte alla settimana. L'acqua costituisce il 40-60 per cento della massa corporea e se, in condizioni normali, il suo consumo è di due litri al giorno sotto varie



forme, durante lo sforzo l'assunzione può aumentare di sei volte. Indispensabili sono la presenza di elettroliti come aspartato di potassio e magnesio che hanno un ruolo antifatica, inducendo l'eliminazione di ammonio che si forma nei processi di prolungato sforzo muscolare. Il magnesio è coinvolto nell'attività muscolare, è attivatore di enzimi e interviene nella sintesi proteica. Il potassio, invece, facilita la contrazione muscolare, regola il bilancio idrico e l'equilibrio acido-base, così come sono necessari per questa funzione sodio e cloro. Le bevande che li contengono devono essere leggermente ipotoniche durante l'attività, per velocizzarne l'assimilazione e leggermente ipertoniche durante la fase di recupero. Secondo le indicazioni del ministero della Salute, il tenore energetico deve essere tra 80 e 350 kcal/l e pari a 40-50 mg per 100 g di acqua per il cloruro di sodio e 10-20 mg su 100 g di acqua per potassio e magnesio.

PIÙ PROTEINE PIÙ TONO MUSCOLARE

L'integrazione proteica di un atleta che si allena tutti i giorni è di circa uno-due grammi per chilo di peso corporeo. Tra gli aminoacidi essenziali, quelli a catena ramificata (Bcaa - *Branched chain amino acid*), cioè l-leucina, l-valina e l-isoleucina, sono molto utili. Il loro rapporto, per essere efficace, deve essere di 2:1:1. Nel dettaglio, la valina interviene nella coordinazione muscolare, nella concentrazione e nelle funzioni nervose. L'isoleucina è essenziale per la sintesi di emoglobina e per la sintesi pro-

I PRODOTTI

teica. La leucina stimola la sintesi proteica, soprattutto a livello del muscolo. Sono anche in grado di fornire energia, seppur modesta, in special modo nelle discipline di fondo, mentre negli sforzi prolungati evitano l'affaticamento fisico e mentale. Contrastano, infatti, la produzione di tossine, fra le quali l'ammoniaca. È utile assumerli anche 30-60 minuti prima di una gara, perché la progressiva diminuzione del glicogeno muscolare incrementa il consumo di proteine a scopo energetico, soprattutto quello dei Bcaa; se sono già in circolo si evita che la muscolatura subisca danni gravi. Per il mantenimento del tono muscolare è consigliabile assumerne uno-due grammi per dieci chili di peso corporeo, anche se gli atleti, spesso, ne prendono di più.

Attenzione a non superare le dosi consigliate e a non usarli per lunghi periodi, per evitare disturbi a carico del rene o del fegato, causando un picco dell'azotemia.

Tra gli aminoacidi non essenziali utilizzabili, la glutammina ha la proprietà di fornire riserve energetiche cellulari in alcuni tessuti, per esempio nei muscoli, e di rinforzare il sistema immunitario. Sembra che il bisogno di glutammina sia alto durante l'esercizio intenso. Inoltre, innalza la soglia della fatica perché passando la barriera ematoencefalica può trasformarsi in acido glutammico, potente benzina cerebrale; allontana anche l'ammonio dal tessuto nervoso, con azione detossificante.

EFFETTO ANTIOSSIDANTE

Gli integratori antiossidanti hanno la funzione di riportare l'equilibrio chimico nei radicali liberi, fornendo loro gli elettroni dei quali sono privi. E proprio durante l'attività fisica intensa se ne producono tanti, perché aumenta la respirazione polmonare, l'attività mitocondriale dei muscoli, così come aumenta l'accumulo di acido lattico. È da notare che ciascun antiossidante ha un effetto limitato a uno o due specifici radicali liberi. Per questo è necessario un buon equilibrio tra dieta, con le famose cinque porzioni di frutta e verdura e integratori.

I principali antiossidanti sono la vitamina C, la E, il betacarotene, il glutatione e il coenzima Q₁₀. Il glutatione, proteina composta da cisteina, acido glutammico e glicina, favorisce la formazione della glutatione perossidasi, con effetto antiossidante a livello delle membrane cellulari. Il CoQ₁₀, o ubiquinone, partecipa alla produzione di energia a livello dei mitocondri, trasportando l'idrogeno nelle catene di ossido riduzione.

I REGOLATORI METABOLICI

Di questa categoria la più utilizzata è la creatina. Scoperta nel 1832 in Francia, ne fu confermata la presenza nella carne dal chimico tedesco Von Liebig, nel 1847. È presente per il 95 per cento nei muscoli, sia in forma libera (35 per cento) sia in quella fosforilata, come creatinfosfato. Si ricava dalla dieta, soprattutto a base di carne, e dalla sintesi endogena a partire da glicina, arginina e metionina. La creatina ha la funzione di riserva di fosfati energetici e di garantire la disponibilità di Atp, necessario alla contrazione muscolare. Infatti, l'energia si libera dalla trasformazione dell'Atp in Adp+P. È indicata per attività che richiedono sforzi notevoli in tempi ridotti e ripetuti. L'apporto quotidiano dovrebbe essere di tre grammi, mentre quantità maggiori pari a quattro-sei grammi sono consentite per pesi corporei elevati e dietro il parere medico, per un periodo massimo di trenta giorni. La sua assunzione è controindicata nella patologia renale, in gravidanza e sotto i quattordici anni. È da notare che determina anche un aumento del peso corporeo da 500 grammi a 1,8 Kg. Al contrario, l'efficacia della L-carnitina in campo sportivo è ancora controversa. Si tratta di un acido carbossilico a catena corta, contenente azoto, che ha la funzione di mantenere costante il rapporto Acetil CoA/CoA all'interno della cellula. Favorisce la produzione di energia cellulare trasportando gli acidi grassi nel sito di utilizzo, attraverso le membrane dei mitocondri. Si trova nella carne e nei prodotti caseari e viene anche sintetizzata dal fegato e dai reni, a partire da lisina e metionina in presenza di vitamina B₆, vitamina C e ferro. L'assunzione giornaliera raccomandata è di 200 mg, fino a due grammi al giorno.

Lo stesso discorso vale anche per la carnosina, un dipeptide costituito da alanina e istidina, presente nei muscoli e nel cervello, la cui concentrazione tende a diminuire con il passare degli anni. Ha proprietà antiossidanti. Il suo costo elevato, però, ne limita fortemente l'uso.

RECUPERO IMMEDIATO

Con il termine adattogeno si intende «Una sostanza che può esercitare un'azione aspecifica sui processi fisiologici per innalzare la resistenza fisica agli stress ambientali e aumentare l'efficienza generale adattando l'organismo a condizioni di carico straordinario e prevenendo l'insorgenza di malattie» (Lazarov 1947-Brekhman 1969). Tra i principi con quest'attività, il

UN'AMPIA SCELTA

Integratori	Principi attivi
Big One (Professional Dietetics)	Leucina, valina, isoleucina, cistina, tirosina
Bioton energia (Sella farmaceutici)	Ginseng, maté, guaranà, carnitina
Briovitase Sport 4 Energie (Montefarmaco Otc)	Sodio, cloro, magnesio, potassio, fruttosio, saccarosio, destrosio e maltodestrina
Citrak Mg Sport (Bruno Farmaceutici)	Potassio, magnesio, vitamine E e C
Dynamica ratiopharm Performance (Ratiopharm)	Creatina, arginina, sali minerali, vitamine
Longlife Co En Q10 (Phoenix)	CoQ ₁₀
Enervit R ₂ Sport (Enervit)	Potassio, magnesio, vitamine E e C, leucina, valina, isoleucina, glutammina, maltodestrine, destrosio
Friliver Energy (Bracco)	Leucina, valina, isoleucina, alanina, creatina
Fon Wan (Giuliani)	Ginseng, pappa reale, eleuterococco
Integra Sport (Unifarm)	Creatina, potassio, magnesio, carnitina, vitamina C e del gruppo B, taurina, CoQ ₁₀
MGK Vis (Pool Pharma)	Creatina, potassio, magnesio
MoreVis Plus (Actavis)	Creatina, potassio, magnesio, vitamine E e C
Natura Mix (Aboca)	Ginseng, pappa reale, eleuterococco, guaranà, vitamina C, schisandra, rodiola, ginkgo
Neovis Sport (Pfizer)	Creatina, carnitina, arginina, sodio, potassio, ferro, magnesio, cloro, glutatione, vitamine del gruppo B, C, E
Polase Sport (Wyeth Consumer Healthcare)	Potassio, magnesio, vitamine E e C
Sargenor Plus (MedaPharma)	Arginina, vitamina C
Sustenium Plus (Menarini)	Creatina, arginina, potassio, magnesio, vitamine C e B ₁ , zinco, acido l-aspartico
Tonico Guna (Guna)	Ginseng, ginkgo, pappa reale, eleuterococco, guaranà, noni, ribes nero

I prodotti citati sono una scelta libera dell'autore

più conosciuto è il *Panax ginseng*, pianta originaria di Cina e Corea costituita da ginsenisidi, sostanze ormonosimili alle quali si deve l'effetto adattogeno; queste, infatti, vanno a stimolare il sistema endocrino ipofisario e surrenalico. La somministrazione di ginseng è controindicata nei bambini, negli ipertesi e nei diabetici; può inoltre interferire con gli antidepressivi e con il warfarin. Una curiosità: la parola ginseng deriva da jencen, che vuol dire corpo umano: infatti, si tratta di una pianta antropomorfa, alla quale in passato sono stati attribuiti poteri magici. Altro adattogeno, simile al ginseng nell'azione, ma diverso per composizione, è l'eleuterococco, che contiene saponine e polisaccaridi.

Le precauzioni d'uso sono le stesse del ginseng. Anche la radice di *Rhodiola rosea* ha la capacità di accorciare il tempo di recupero dopo uno sforzo fisico, di aumentare i livelli di Atp e creatina fosfato (Cp) nel muscolo striato, i livelli di beta endorfine, e, non ultima, di inibire l'enzima catecol-O-metiltransferasi (Comt), che interviene nell'inattivazione delle catecolamine a livello del sistema nervoso centrale, motivo per il quale le si attribuisce un'azione antidepressiva.

Attenzione va invece posta all'uso del *Tribulus terrestris*, non tanto per la pianta in sé quanto piuttosto perché gli sportivi possono trovarla in associazione a sostanze rischiose per il sistema nervoso centrale e il sistema cardiovascolare, quali efedrina, caffeina e yohimbina.

L'ESPOSIZIONE

Si preferisce

Dedicare uno spazio alla categoria Sport può non essere una scelta semplicemente stagionale: è rivolta a un target ben preciso e, quindi, può diventare una categoria cosiddetta *di destinazione*, ossia caratterizzante il punto vendita, aiutandolo a differenziarsi dagli altri. Questa scelta implica che il farmacista decida di impegnarsi a essere coerente con questo posizionamento: non si può prescindere, per esempio, dall'aver personale preparato e specializzato sul tema o dal dedicare una posizione di primo piano al reparto, con scaffali sobri e tecnologici.

Non è una banalità nemmeno il carattere tipografico con cui si scrivono cartelli rivolti agli sportivi o a chi decide di rimettersi in forma: scrivere la parola "dimagrire" in un carattere grassetto è meno efficace che scriverlo in un carattere filiforme e bastone.

Lo sportivo è un target così interessante da giustificare nel tempo la nascita dei *category killer*, ossia punti vendita iper specializzati (si pensi a Decathlon).

In questa sede ci dedichiamo all'allestimento di un angolo stagionale, che è la situazione più comune. In questo caso è consigliato chiamare la categoria "Sport & forma fisica", in modo da coinvolgere anche chi ha intenzione di rimettersi in forma senza necessariamente ricorrere al movimento (per esempio tramite una dieta).

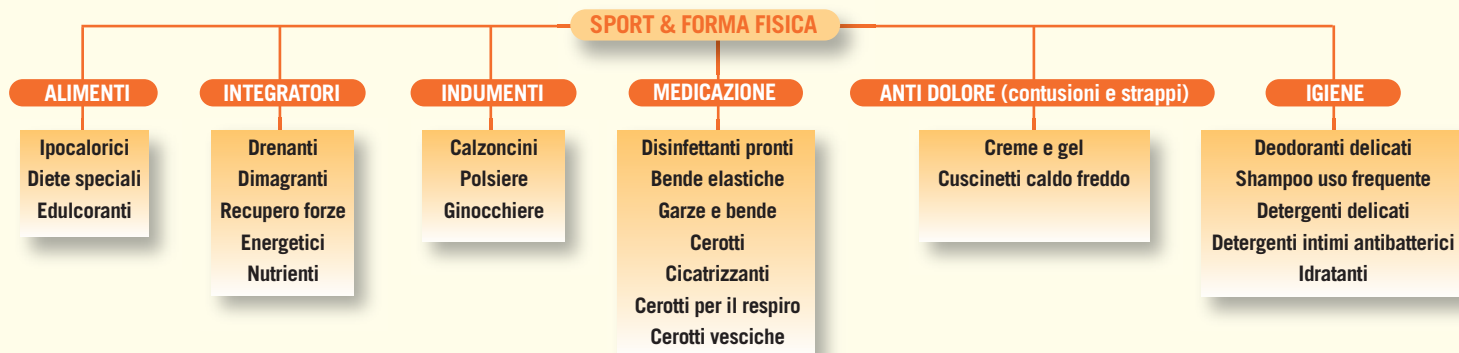
Lo spazio dedicato a *Sport & forma fisica* annovera diversi prodotti specifici (essenzialmente alimenti, integratori e indumenti). Ma si tratta anche di un momento di consumo che genera una serie di bisogni paralleli, in cui svariate merceologie possono trovare un appropriato impiego.

I principali bisogni legati a *Sport & forma fisica* possono essere: la dieta, l'integrazione alimentare, l'azione meccanica di indumenti dimagranti e preventivi, la medicazione, il pronto intervento strappi e dolori, l'igiene delicata e frequente (*vedi schema a fondo pagina*).

Un ruolo determinante nella categoria è sicuramente svolto dagli integratori. Quelli per dimagrire si suddividono in drenanti e dimagranti. Moltissimi sono gli integratori per gli sportivi, i principali svolgono tre funzioni: energetica (a base di creatina, arginina, aminoacidi); nutriente (a base di condroitina solfato e glucosamina solfato o ferro); recupe-



L'ALBERO DELLA CATEGORIA



Un'attenzione speciale va riservata alla disposizione e all'animazione del reparto dedicato ai prodotti specifici per gli sportivi e a quelli rivolti più ad ampio raggio al mantenimento della forma fisica

la gondola

DI LAURA CRISPO
DIRETTORE MARKETING
FEDERFARMACO

ro forze (a base di sali minerali come potassio, magnesio, cloro e sodio).

IL PESO DEI SEGMENTI

In farmacia non dovrebbe mai mancare una gondola, ossia un mobile basso con ripiani, tipo isola: la sua caratteristica è poterci girare attorno e, a differenza degli scaffali, poter essere spostata. Le gondole dovranno essere dedicate a categorie stagionali: per questo è bene siano posizionate sul percorso dei clienti verso il banco.

Una gondola deve misurare almeno 120 centimetri. Lo spazio sarà distribuito tra i segmenti di consumo come indicato nella *tabella sottostante*.

Gli indumenti possono sottolineare l'intero reparto: per l'esposizione è conveniente dotare il ripiano di supporti a molla che tengano esposte in verticale le confezioni piatte dei calzoncini. È conveniente che le creme antidolorifiche siano separate da tutto ciò che è sistemico: si può utilizzare l'igiene come spartiacque.

DISTRIBUZIONE DEGLI SPAZI

CM 30	CM 20	CM 40	CM 30
dolore	igiene	diete	integratori
medicazione	igiene	diete	integratori
medicazione	igiene	diete	integratori
indumenti	indumenti	indumenti	indumenti

FAVORIRE L'ANIMAZIONE

Chi si avvicina alla *remise en forme* ha psicologicamente bisogno di un programma, di regole, di un metodo.

L'animazione più conveniente è quella che fornisce consigli su come approcciare a una dieta dimagrante o guida nella scelta del giusto integratore.

Chi fa sport apprezza convenienza su acquisti nel tempo o associati all'interno della categoria. Si tenga anche presente che il target è particolarmente sensibile alla misurazione dei propri sforzi: un programma che lo inviti a tornare in farma-



cia a misurare peso, massa grassa, colesterolo e trigliceridi è un'opportunità per aumentare la frequenza di visita e aiutare il cliente a rispettare la terapia.

Come scegliere le referenze afferenti a questo *category*? Dietetica e integratori sono le categorie più affollate della farmacia: è difficile fare selezione perché ogni anno escono prodotti nuovi (soprattutto tra quelli utilizzati per la perdita di peso). Una categoria "credibile" dovrebbe perseguire una certa costanza nella proposta dei brand: il farmacista professionista è chi sa selezionare, nel tempo, prodotti efficaci e non dannosi.

ADIACENZE

Essendo una categoria stagionale esposta su gondola, *Sport & forma fisica* rimane "isolata" rispetto all'esposizione. Tuttavia va detto che è sinergica vicino a quasi tutte le categorie presenti in farmacia (cosmetica, capelli, infanzia), tranne quelle strettamente inerenti patologie come influenza e raffreddore, problemi gastrointestinali, allergie eccetera.