



## Calciretard® NE

**Deficiências ligeiras em Cálcio, Vitamina D3 e K2**

**Suplemento alimentar com Citrato de Cálcio, Vitamina D3 e Vitamina K2**

*O cálcio é necessário para a manutenção de ossos normais.  
A vitamina D contribui para a manutenção de ossos normais.  
A vitamina K contribui para a manutenção de ossos normais.*  
**REGULAMENTO (UE) N.º 432/2012 DA COMISSÃO**



### Apresentação

Embalagem de 60 cápsulas vegetais

INGREDIENTES	TDR (3 cápsulas)	% VRN*
Cálcio (sob a forma de Citrato de cálcio)	300 mg	38 %
Vitamina K2 (sob a forma de trans-menaquinona-7)	90 µg	120 %
Vitamina D3 (sob a forma de Colecalciferol, equivalente a 2000 UI)	50 µg	1000 %

\*VRN = Valores de Referência do Nutriente: Regulamento (UE) nº 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2011.  
\*\*VRN não estabelecido

**Ingredientes:** Citrato de cálcio, Menaquinona-7, Colecalciferol; Cápsula: Hidroxipropilmetilcelulose, Gellan (espessante).

### Indicações

- Deficiências ligeiras em Cálcio, especialmente a osteoporose, hipocalcemia e tetania.
- Deficiências ligeiras em vitamina D3 e K2.
- Osteopénia e casos de jovens com insuficiente crescimento ósseo.
- Pessoas que tenham uma alimentação deficiente em alimentos ricos em Cálcio, vitamina D3 e Vitamina K2.
- Algumas formas alérgicas, quando associadas a uma diminuição de Cálcio.

### Toma diária recomendada (TDR)

2 a 3 cápsulas por dia, antes das refeições, com um bom copo de água.

### Características

Os micronutrientes contidos no Calciretard® NE são libertados de forma retardada (retard) por cápsulas vegetais inovadoras e, portanto, protegidos das condições ácidas no estômago.

Os efeitos do Cálcio no organismo são sensivelmente suportados pela vitamina D. Como a vitamina D contribui para a absorção/utilização normal do cálcio e para um nível normal de cálcio no sangue, a vitamina D promove a absorção do cálcio no intestino e retarda a excreção do cálcio pelos rins.

Como resultado, a Vitamina D ajuda a manter níveis mais altos de cálcio no corpo do que quando o cálcio é tomado sozinho. Além disso, a vitamina D contribui para a manutenção de ossos e dentes normais, função muscular normal e função normal do sistema imunológico.

Os efeitos do cálcio no organismo são suportados não só pela vitamina D, mas também pela vitamina K, uma vez que contribui para a manutenção de ossos normais e para a coagulação sanguínea normal.

O cálcio é o elemento volumoso com maior proporção no organismo humano. O cálcio não é apenas um bloco de construção importante para o esqueleto humano durante o crescimento. A saúde óssea é influenciada pela ingestão de cálcio em qualquer idade. O cálcio serve para mineralizar dentes e ossos e, portanto, suporta o sistema esquelético.

O cálcio também está envolvido na transmissão de estímulos nos nervos e músculos e contribui para a contração muscular e a coagulação do sangue. É vital para o metabolismo energético de cada célula e normaliza a atividade das enzimas na digestão.

São boas fontes de cálcio, o leite e produtos lácteos, peixe, legumes e vegetais. No caso de ingestão insuficiente ou necessidade aumentada (por exemplo, gravidez, amamentação, desportos de competição), a ingestão suplementar de Calciretard<sup>®</sup> NE pode ser útil. Calciretard<sup>®</sup> NE contém o mineral cálcio na forma de citrato de cálcio. A partir deste composto quelato orgânico o cálcio pode ser prontamente disponibilizado para o corpo.

Nos últimos anos, os nutricionistas reconheceram a importância de um suprimento adequado de vitamina D3 e vitamina K2 para a manutenção de ossos normais.

A vitamina D3 ocupa uma posição especial entre as vitaminas, porque o corpo pode produzi-la por conta própria através da exposição solar da pele. Um estilo de vida que envolve pouca exposição ao sol pode colocá-lo em risco de deficiência de vitamina D. Os alimentos que contêm vitamina D incluem: B. peixe gordo, fígado e gema de ovo.

O termo vitamina K2 resume várias das chamadas menaquinonas. Calciretard<sup>®</sup> NE contém a forma trans da menaquinona-7, que é a forma com maior biodisponibilidade de vitamina K2. A vitamina K2 ocorre naturalmente em alimentos de origem animal, como B. no fígado e ovos e em alimentos fermentados por bactérias do ácido láctico.

As vitaminas D e K contribuem para a manutenção de ossos normais. Ossos normais são caracterizados por crescimento normal e densidade óssea normal. A proteína óssea osteocalcina desempenha um papel importante aqui. Com a função óssea normal, a vitamina D suporta a formação de osteocalcina e o K2 promove sua ativação.

### **Contra-indicações**

Pacientes que realizem terapêutica com digitálicos, alterações severas do sistema neurofisiológico, hipercalcemia e hipercalcúria.

### **Recomendações**

Se estiver a tomar medicamentos anticoagulantes do tipo cumarina, deve consultar primeiro um médico. Não se aconselha a toma deste produto a crianças menores de 12 anos.

Não deve ser excedida a toma diária indicada.

Não recomendado em caso de hipersensibilidade ou alergia a qualquer um dos constituintes da formulação.

Os suplementos alimentares não são substitutos de um regime alimentar variado e equilibrado nem de um modo de vida saudável.

Conservar na embalagem original protegida da luz, em local seco e a temperatura inferior a 25°C.

Manter fora da vista e do alcance das crianças.

O uso seguro durante a gravidez e amamentação deve ser realizado sob supervisão médica.

**Isento de glúten, frutose, fermento, lactose e corantes.**

**Adequado para vegetarianos.**