

DEBORA[®] PLUS K₂**SUPLEMENTO ALIMENTAR**

A vitamina K₂ contribui para a normal coagulação do sangue e para a manutenção de ossos normais (EFSA Journal 2009; 7 (9):1228)
A vitamina D contribui para níveis normais de cálcio no sangue (EFSA Journal 2009; 7(9):1227 2011;9(6):2203)

**Apresentação**

Embalagem de 60 cápsulas.

Ingredientes: óleo de linhaça, gelatina (cápsula), glicerina (humidificante), óleo de girassol, vitamina K₂ (menoquinona-7), Vitamina D₃ (Colecalciferol), clorofila (corante).

Ingredientes	TDR (1 cápsula)	% VRN*
Vitamina K ₂ (Menaquinona-7)	80 µg	107 %
Vitamina D ₃ (Colecalciferol)	50 µg (2.000 U.I.)	1000 %

*VRN = Valores de Referência do Nutriente: Regulamento (UE) n° 1169/2011 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 25 de outubro de 2011

Isento de glúten, frutose, lactose, corantes artificiais e OGM.

Indicações

Deficiências em Vitamina D .
 Osteomalácia, devida à deficiência de vitamina D .
 Alterações no metabolismo do Cálcio e osteoporose e osteopénia.
 Contribui para a normal coagulação do sangue.
 Contribui para a manutenção de ossos normais.

Toma diária recomendada (TDR):

1 cápsula por dia a uma refeição, com um pouco de água.

Características

A Vitamina D é uma vitamina lipossolúvel, essencial à manutenção do metabolismo do cálcio.
 A Vitamina D₃ (coleciferol) pode ser sintetizada por seres humanos através da exposição a raios ultravioletas B (UVB), ou seja, através da exposição solar diária, ou também obtida a partir da alimentação. As plantas sintetizam ergosterol, substância similar ao calciferol, que é convertido em Vitamina D (ergocalciferol) por ação da luz ultravioleta.
 De entre os alimentos que contêm Vitamina D, encontram-se os peixes gordos, o fígado e a gema de ovo. O óleo de fígado de bacalhau é uma fonte especialmente importante desta vitamina. No entanto, um consumo regular desses alimentos raramente corresponde à dieta habitual. Assim sendo a ingestão de Vitamina D através da alimentação apenas oferece uma pequena parte da que é necessária. Quando a exposição à radiação UVB é insuficiente para a síntese de quantidades adequadas de Vitamina D₃, a ingestão adequada de Vitamina D a partir da dieta é essencial para a saúde.
 A Vitamina D é biologicamente inativa e deve ser metabolizada, ou seja, tem de ser transformada na sua forma biologicamente ativa, para ser absorvida. Após a sua síntese ou ingestão, a Vitamina D é absorvida e transportada pela circulação sanguínea até ao fígado onde é hidroxilada, para formar a 25-hidroxivitamina, que é a principal forma circulante desta vitamina. O aumento da exposição à luz solar ou aumento da ingestão de Vitamina D, aumenta os níveis séricos de 25-hidroxivitamina D tornando a sua concentração sérica um indicador útil do estado nutricional em Vitamina D.

No rim, a enzima 25-hidroxivitamina D3-1-hidroxilase catalisa uma segunda hidroxilação da 25-hidroxivitamina D, resultando na formação de 1,25-hidroxivitamina D (calcitriol, 1,25-di-hidroxivitamina D), que é a forma mais potente da Vitamina D.

A maioria dos efeitos fisiológicos da Vitamina D₃ no organismo humano, está relacionada com a atividade de 1,25-di-hidroxivitamina D₃.

A Vitamina K₂ (menaquinona-7 ou MK-7) é uma das vitaminas lipossolúveis e é indispensável para uma boa coagulabilidade sanguínea e uma boa formação óssea, conveniente condição preventiva e corretiva de osteoporose e osteopenia.

Interações

A toma de Vitamina K₂ em simultâneo com anticoagulantes é em princípio desaconselhada, devendo ser sempre obtido parecer médico ou de terapeuta habilitado.

Contra-indicações

Hipersensibilidade a qualquer um dos constituintes deste suplemento alimentar.

Efeitos indesejáveis

Não são conhecidos efeitos indesejáveis na dosagem e na recomendação de toma apresentadas.

Advertências

Não são conhecidas, se atendido o estipulado em indicações.

Recomendações

Não se aconselha a toma deste produto durante a gravidez ou amamentação.

Não deve ser excedida a toma diária recomendada.

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

O produto deve ser guardado fora do alcance e da vista das crianças.

Conservar em local fresco e seco, e ao abrigo da luz.