



## Vitamina d-1500 60 tbl ADAMS SUPPLEMENTS

Vitamina D ajuta absorbtia calciului din alimente, previne aparitia factorilor oaselor, ajuta sistemul imunitar si are un rol important in dezvoltarea si functionarea cerebrala normala.

Conform studiilor nivelul scazut de vitamina D afecteaza sanatatea sistemului osos si muscular si poate duce la depresie, anxietate si la obezitate.

### **Roluri si caracteristici:**

asigura transportul calciului si fosforului in zonele corpului care au nevoie de ele pentru a sprijini cresterea osaturii infantile si remineralizarea osaturii adulte;  
permite absorbtia mineralelor in intestin, apoi transportul calciului in sange;  
stimuleaza reabsorbtiia fosforului in rinichi;  
intareste sistemul imunitar.

### **Surse**

Vitamina D este continuta de pestele gras - hering, sardina, somon - si untura de peste (morun, ton, calcan), galbenus de ou, unt, lapte integral si lactate nedegresate.

Spre deosebire de celelalte, vitamina D poate fi produsa de organism. De fapt, procesul de sinteza al vitaminei D existenta in epiderma este declansat de razele ultraviolete, fiind absorbita imediat de vasele sangvine.

### **Precautii:**

Acest produs este un supliment alimentar si nu trebuie sa inlocuiasca o dieta variata si echilibrata. Nu depasiti doza zilnica recomandata. Consultati medicul inainte de a folosi acest produs in cazul in care sunteti insarcinata sau alaptati.

### **Compozitie**

Vitamina D3 ... 37.50 mcg.

Alte ingrediente: Celuloza vegetala, fosfat dicalcic, acid stearic, croscarmeloza de sodiu, stearat de magneziu.

### **Administrare**

Ca supliment alimentar luati 1 tableta pe zi cu suficienta apa.