

# VITAMINA D3

## Integratore alimentare a base di Vitamina D



30 film orodispersibili

SENZA GLUTINE (GLUTEN FREE)  
SENZA LATTOSIO (LACTOSE FREE)

**VITAMINA D3** è un integratore alimentare a base di Vitamina D.

La Vitamina D è naturalmente presente solo in alcuni alimenti, come le uova, alcuni pesci grassi (alici, sardine, sgombro), e i latticini. Il fabbisogno medio giornaliero di Vitamina D è di circa 1.000 / 2.000 UI (Unità Internazionali), in relazione a fattori quali età, sesso, peso corporeo, gravidanza, menopausa, tuttavia solo un 20-25% (cioè non più di 300 UI) di tale fabbisogno è soddisfatto con la sola dieta.

La principale fonte di Vitamina D è invece la sintesi mediata dai raggi UVB nella pelle, che avviene quando ci esponiamo alla luce solare; l'esposizione solare dovrebbe però essere tale da garantire almeno 600-800 UI/giorno.

Studi clinici ed epidemiologici hanno dimostrato che per la maggioranza della popolazione l'apporto giornaliero da cibo e sole non è comunque sufficiente a garantire livelli adeguati di vitamina D nell'organismo.

La Vitamina D entra in gioco in diversi processi dell'organismo umano.

Contribuisce al normale assorbimento e al normale utilizzo del fosforo e del calcio da parte del nostro organismo, mantenendo livelli normali di calcio nel sangue e contribuendo anche al normale mantenimento delle ossa, che può essere importante in soggetti particolarmente a rischio sotto questo aspetto, come ad esempio le donne in menopausa, che spesso presentano osteoporosi, una malattia associata all'età, in cui si riscontra un aumento della fragilità ossea.

E' altresì noto che la Vitamina D contribuisce alla normale funzione del sistema immunitario.

E' quindi importante mantenere un livello normale di questa vitamina nel nostro organismo prestando attenzione alle diverse fasi della vita, in cui potrebbe verificarsi una carenza.

La carenza di Vitamina D non è legata soltanto a condizioni fisiologiche, ma può essere collegata anche alle abitudini o circostanze della vita. Le persone che devono condurre una vita ritirata e che per lunghi periodi non possono stare all'aria aperta ed esporsi alla luce solare - come accade ad esempio agli anziani - non riescono a sintetizzarla e potrebbero presentare bassi livelli di Vitamina D.

**VITAMINA D3** rappresenta una integrazione di Vitamina D da utilizzare per prevenire eventuali stati di carenza di questo nutriente.

**VITAMINA D3** è disponibile sotto forma di film orodispersibili, una forma di assunzione dell'integratore molto semplice e pratica:

- non deve essere assunta con acqua
  - si scioglie in pochi secondi una volta appoggiato sulla lingua
- rendendo il prodotto adatto ad essere assunto in ogni momento e in ogni condizione, anche da parte di persone con difficoltà di deglutizione, allettate o in condizioni di particolare fragilità.

**VITAMINA D3** è disponibile in 2 diversi dosaggi:

- 1000 UI (Unità Internazionali) per la prevenzione di soggetti a rischio di carenza di Vitamina D
- 2000 UI (Unità Internazionali) per la prevenzione di soggetti a forte rischio di carenza di Vitamina D, per età e/o per abitudini di vita.

### INGREDIENTI

Maltodestrine, Umidificante: Glicerolo (E 422). Acqua; Edulcorante: Mannitolo (E 421); Olio Extravergine d'Oliva; Aroma arancia; Agente di resistenza: Copolimero

di polivinilpirrolidone vinilacetato (E 1208). Antiossidanti: Acido ascorbico (E 300); Alfatocoferolo (E 307). Emulsionanti: Mono e digliceridi degli acidi grassi (E 471); Monooleato di poliossietilensorbitano (E 433). Coloranti: Biossido di titanio (E 171), Ossidi e idrossidi di ferro (E 172). Edulcorante: Sucralosio (E 955). Vitamina D

### MODALITA' D'USO

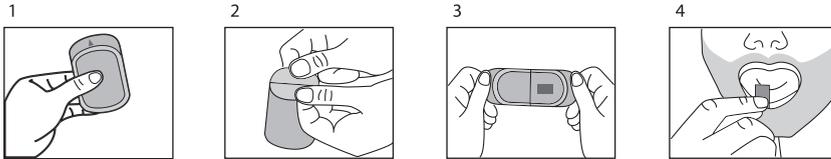
In relazione al dosaggio, si consiglia di assumere:

- Per il dosaggio da 1000 UI, 1 - 2 film orodispersibile al giorno
- Per il dosaggio da 2000 UI, 1 film orodispersibile al giorno per almeno 30 giorni, salvo diverse indicazioni del proprio Medico.

### ISTRUZIONI PER L'USO

Importante: non maneggi il film orodispersibile con le mani bagnate!

Seguire le indicazioni riportate nelle figure:



### AVVERTENZE

La data di scadenza si riferisce al prodotto correttamente conservato in confezione integra. Conservare in luogo fresco e asciutto, al riparo da fonti di calore.

Il prodotto va utilizzato nell'ambito di una dieta variata ed equilibrata.

Non superare la dose giornaliera consigliata.

Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei 3 anni.

### Prodotto e distribuito da:

IBSA Farmaceutici Italia S.r.l., Via Martiri di Cefalonia, 2 – 26900 Lodi.

## FONTI E DISTRIBUZIONE DELLA VITAMINA D

