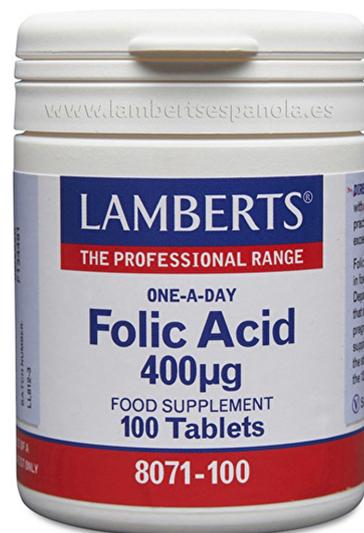


## Acido folico 100 compresse

EAN: 5055148400231 FABRICANTE: LAMBERTS



*L'acido folico supporta durante la gravidanza, la normale sintesi degli aminoacidi, la formazione delle cellule del sangue e altro ancora.*

### DESCRIPCIÓN

L'acido folico è una vitamina idrosolubile ed è stato identificato negli anni '40, quando veniva estratto dagli spinaci. Le sue fonti principali sono le verdure a foglia verde e i cereali integrali. Tuttavia, la cottura e la conservazione possono ridurre i livelli negli alimenti.

L'organismo non può immagazzinare l'acido folico a lungo termine, ma svolge un ruolo essenziale nella moltiplicazione cellulare ed è essenziale per la formazione del DNA e dell'RNA, motivo per cui è particolarmente importante nello sviluppo fetale.

Attualmente è ampiamente accettato e accertato che la carenza di folati durante il primo trimestre di gravidanza aumenta il rischio di difetti del tubo neurale durante lo sviluppo del bambino. Il Dipartimento della Salute e il Regolamento CE n. 113572014 raccomandano ora a tutte le donne che pianificano una gravidanza, nonché nei primi 3 mesi di gravidanza, di assumere un integratore di 400 microgrammi di acido folico ogni giorno. Questo è un buon consiglio, poiché i dati ufficiali mostrano che il 47% delle donne ha la dose giornaliera raccomandata inferiore all'RNI di 200µg al giorno. «Un apporto supplementare di acido folico aumenta il livello di folato materno. "Un basso livello di folato materno è un fattore di rischio per i difetti del tubo neurale nel feto in via di sviluppo."

Gli studi sulla biodisponibilità indicano che gli integratori di acido folico sono ben assorbiti e rappresentano un modo sicuro per evitare carenze alimentari. Questo nutriente contribuisce anche al processo di divisione cellulare, alla normale sintesi degli aminoacidi e alla normale funzione psicologica.

Contribuisce invece al normale metabolismo dell'omocisteina, che è un composto coinvolto nella formazione delle placche sulle pareti dei vasi sanguigni; Pertanto, l'acido folico è un nutriente importante nella dieta di tutti gli adulti, non solo in gravidanza. Questo è un buon motivo per integrare la nostra dieta con verdure a foglia verde, una ricca fonte di questo importante nutriente poiché l'organismo non può immagazzinare acido folico a lungo termine.

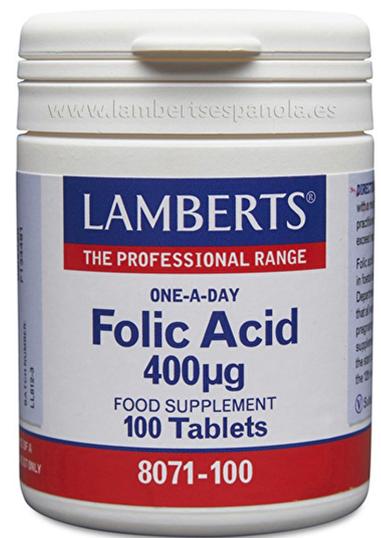
Questo prodotto fornisce 400 µg di acido folico, che corrisponde al triplo dei livelli forniti in molte diete ed è il livello che viene sempre più raccomandato.

L'acido folico contribuisce inoltre alla normale funzione del sistema immunitario e alla riduzione della



## Acido folico 100 compresse

EAN: 5055148400231 FABRICANTE: LAMBERTS



stanchezza e dell'affaticamento.

### Ogni compressa fornisce:

Acido folico 400 microgrammi

### Nota sugli allergeni

Sono esclusi il seguente elenco di allergeni: grano, glutine, orzo, soia, uova, latte e latticini, lattosio, frutta a guscio, solfiti, sedano, pesce, crostacei e lievito.

### Precauzioni

Un elevato apporto di acido folico può mascherare i sintomi di una carenza di vitamina B12 (anemia perniciosa).

### Istruzioni per l'uso

Assumere 1 compressa al giorno durante un pasto.

Non superare la dose giornaliera espressamente consigliata.

