

## Ferro Forte Vit Min 20 Bastões

EAN: 8420101215882 FABRICANTE: ELADIET



*Suplemento alimentar que contribui para a redução do cansaço e da fadiga e para a normal formação de glóbulos vermelhos. Vit&min*

### DESCRIPCIÓN

O ferro contribui para a função cognitiva normal, para a redução do cansaço e da fadiga, para a formação normal de glóbulos vermelhos e de hemoglobina, para o transporte normal de oxigénio no corpo, para o funcionamento normal do sistema imunitário, para o desenvolvimento cognitivo normal do crianças.

**Forma de uso:** Tomar 1 saqueta por dia, dissolver diretamente na boca. Sabor laranja.

### Ingredientes:

Contribuição por 1 stick: 1000 mg Fructooligosacarídeos; 120 mg de Vitamina C (150% VRN\*); 14 mg de Ferro (100% VRN\*); 200 µg de ácido fólico (100% VRN\*); 2,5 µg de vitamina B12 (100% VRN\*)

\* VNR: Valor de referência do nutriente da UE.

## Dicas de bem-estar

### Níveis normais de ferro

Para manter níveis ideais de ferro no sangue, é necessário manter uma dieta equilibrada e saudável.

### Alimentos ricos em ferro

Incorpore carne vermelha, legumes e moluscos na dieta.

### Vitamina C

Inclua na dieta alimentos mais ácidos e ricos em vitamina C como limão, laranja, morango, brócolis e pimenta para promover a absorção de ferro.

### Moderar certos alimentos

Existem alimentos que inibem a absorção de ferro, por isso é recomendado não abusar de ovos, leite, chá, café, nozes...



## Ferro Forte Vit Min 20 Bastões

EAN: 8420101215882 FABRICANTE: ELADIET



### Ingredientes principais:

- Ferro: O ferro ajuda a reduzir o cansaço e a fadiga.
- Vitamina B12: A vitamina B12 contribui para o metabolismo energético normal e para o funcionamento normal do sistema imunitário e ajuda a reduzir o cansaço e a fadiga.
- Vitamina C: A vitamina C contribui para o metabolismo energético normal.

