

POLIVITAMÍNICO E POLIMINERAL

feminis

Óleo de peixe concentrado com
vitaminas e minerais em cápsulas

contém

DHA + selênio

**ALTO TEOR
DE ÁCIDOS GRAXOS
ÔMEGA-3**

PARA QUE SERVE FEMINIS?

Feminis possui uma combinação exclusiva de vitaminas, minerais quelatados e DHA que atuam na manutenção da saúde. A presença de DHA na dose de 200mg mais 21 nutrientes essenciais, faz com que sua formulação atenda a ingestão diária recomendada pela legislação brasileira e aja sinergicamente para um máximo aproveitamento do organismo.

COMO AS VITAMINAS, MINERAIS E ÔMEGA 3 FUNCIONAM?

Ácidos Graxos Essenciais - Ômega 3 (DHA e EPA): importante para o desenvolvimento cerebral fetal, auxilia na manutenção da gestação até a final para que o recém-nascido tenha melhor peso ao nascimento. Recomenda-se a suplementação de pelo menos 200 mg/dia de DHA na gestação e na lactação.

Selênio: importante para o funcionamento do sistema imunológico; participa do metabolismo da tireoide e atua no crescimento embrionário e fetal. A selenometionina, fonte quelatada de selênio escolhida para o **Feminis**, apresenta alta absorção.

Cobre: desempenha papel essencial no sistema nervoso e tecidos conjuntivos. É importante para a formação de melanina, atua na pigmentação da pele, cabelos e olhos.

Zinco: elemento primordial para a embriogênese (processo através do qual o embrião é formado e se desenvolve) e para o crescimento fetal.

Ferro: essencial para a síntese da hemoglobina, proteína do sangue que ajuda a carregar oxigênio para todas as células. Necessário para o desenvolvimento dos tecidos fetais e placentários. As mulheres que tomam suplementos de ferro são menos propensas a ter recém-nascidos com baixo peso ao nascimento. O ferro bisplicinato, fonte quelatada de ferro de **Feminis**, apresenta alta absorção e maior tolerabilidade pelo organismo.

Iodo: essencial para o funcionamento da tireoide e para o desenvolvimento mental do feto durante o período gestacional.

Cromo: sua importância está relacionada ao controle da glicemia e gorduras.

Manganês: ativador de várias enzimas, desempenha papel fundamental no metabolismo de carboidratos, aminoácidos e colesterol. Possui ação antioxidante, participa da formação do colágeno nas células epidérmicas, cartilagens e ossos. Níveis reduzidos de manganês podem levar a danos no tubo neural durante a formação fetal.

Molibdênio: mineral componente de diversas enzimas-chave que ajudam o corpo a usar hidratos de carbono, gorduras e proteínas. Por fazer parte do esmalte dentário é capaz de prevenir a cárie dentária e favorece a retenção de flúor no organismo.

Vitamina A: auxilia no combate às infecções e atua no crescimento e desenvolvimento fetal.

Vitamins B e C: importante ação antioxidante, protegem ossos, pele e sistema imunológico.

Vitamina D: desempenha papel relevante na função imune e no crescimento ósseo, por regular o metabolismo de cálcio e fósforo. Sua deficiência é fator de risco para diminuição do crescimento fetal.

Vitamina B1 (Tiamina): necessária para o bom funcionamento do sistema nervoso, dos músculos e do coração.

Vitamina B2 (Riboflavina): é essencial ao crescimento.

Vitamina B3 (Niacina): auxilia no metabolismo dos carboidratos e proteínas e participa na síntese das gorduras e na respiração.

Vitamina B5 (Ácido Pantotênico): componente da coenzima A, tem papel central nas reações de liberação de energia a partir dos carboidratos. Está envolvida na síntese de compostos como os hormônios esteróides, o colesterol e os fosfolípidos. Constituinte natural da pele e do cabelo, apresenta também propriedades cicatrizantes. Sua ação umectante ajuda na retenção da umidade, evitando o ressecamento, quebra e fragilidade dos fios.

Vitamina B6 (Piridoxina): envolvida na formação do sistema nervoso do feto e auxilia na diminuição de enjoos do primeiro trimestre de gestação.

Vitamina B7 (Biotina): fundamental para o crescimento celular, desempenha um importante papel nas proteínas que metabolizam a queratina, uma proteína encontrada principalmente na pele, cabelo e unhas.

Vitamina B9 (Ácido Fólico): importante para o desenvolvimento adequado do sistema nervoso do feto, também participa da formação de proteínas estruturais e hemoglobina (célula do sangue).

Vitamina B12 (Cianocobalamina): necessária à formação do sangue; atua também na boa manutenção do sistema nervoso.

MODO DE USAR: aconselha-se a ingestão de uma cápsula ao dia. A posologia pode ser alterada a critério médico.

Fabricado por: NaturaLis Nutrição & Farma Ltda - Rua Gustavo da Silveira, 1357 Vila Santa Catarina - São Paulo - SP - Brasil - CNPJ: 30.863.575/0001-07

Distribuído por: EUROFARMA LABORATÓRIOS S.A. - CNPJ 61.190.096/0001-92 Indústria Brasileira - Central de Atendimento: 0800 704 3876

Referências Bibliográficas

1. Brasil. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 269, de 22 de setembro de 2005. "Regulamento técnico sobre a Ingestão Diária Recomendada (IDR) de proteína, vitaminas e minerais".
2. OMS. Diretriz: Suplementação diária de ferro e ácido fólico em gestantes. Genebra: Organização Mundial da Saúde; 2013.
3. Misthy HD, Kurfiak LO, Young SD, et al. Maternal selenium, copper and zinc concentrations in pregnancy associated with small-for-gestational-age infants. *Matern Child Nutr.* 2014 Jul;10(3):327-34.
4. Misthy HD, Williams PJ. The importance of antioxidant micronutrients in pregnancy. *Oxid Med Cell Longev.* 2011;2011:841749. Harvey NC, Holroyd C, Ntani G, et al. Vitamin D supplementation in pregnancy: a systematic review. *Health Technol Assess.* 2014 Jul;18(45):1-190.
5. Roberts JM, Myatt L, Song CY, et al. Vitamins C and E to prevent complications of pregnancy-associated hypertension. *N Engl J Med.* 2010 Apr 8;362(14):1282-91.
6. Burdge GC, Lillycrop KA. Folic acid supplementation in pregnancy: Are there devils in the detail? *Br J Nutr.* 2012 Dec 14;108(11):1924-30.
7. Greenberg JA, Bell SJ, Ausdal WW. Omega-3 Fatty Acid supplementation during pregnancy. *Rev Obstet Gynecol.* 2008 Fall;1(4):162-9.
8. Lasek WD, Gaulin SJ. Maternal milk DHA content predicts cognitive performance in a sample of 28 nations. *Maternal & child nutrition.* 2013.
9. International Journal of Nutrology. 2014. I Consenso da Associação Brasileira de Nutrologia sobre recomendações de DHA durante gestação, lactação e infância.
10. Kratzer FH, Vohra P. Chelates and oil-3. In: Kratzer FH, Vohra P. Chelates in nutrition. Boca Raton, Florida: CRC Press, p 5-13. 1996.
11. Szarfarc SC, Cassana LMN, Fujimori E, Guerra-Shinohara EM, Oliveira, IMV. Relative effectiveness of iron bis-glycinate chelate (Ferrochel) and ferrous sulfate in the control of iron deficiency in pregnant women. *ALAN.* 51: 42-47; 2001.
12. Skeaff SA. Iodine deficiency in pregnancy: the effect on neurodevelopment in the child. *Nutrients.* 2011 Feb;3(2):265-73.
13. Moreschi EC, Almeida-Muradian LB. Comparação de métodos de análise para o ácido pantotênico em alimentos. *Rev. Bras. Cienc. Farm.* 2007; 43(2): 247-252.
14. Paola, MV, Ribeiro, ME, Yamamoto, JK. Multifuncionalidade das vitaminas. O poder das vitaminas nos produtos cosméticos. *Cosm. Toil., v. 10, n. 4, p.44-54, 1998.*
15. Finner AM. Nutrition and Hair. *Dermis and Supplements.* *Dermatol Clin* 31 (2013) 167-172.