

EASY IRON 20mg COMPLEX (Complexo de Ferro) SUPLEMENTO ALIMENTAR COD. – 22560



A filosofia da Terranova engloba uma alimentação completa, saudável e de bem-estar absoluto, com formulações profundamente sinérgicas, científicas e projetadas holisticamente. Todos os suplementos alimentares da Terranova estão isentos de aditivos inativos, ou seja, isentos de agentes de volume, de revestimento, aglutinantes, anti-espuma, humidificantes, desintegrantes, edulcorantes, corantes, aromatizantes, ou quaisquer outros excipientes, e são adequados a vegetarianos e a vegans.

A fim de obter o máximo partido da suplementação alimentar é necessário que o organismo atinja um estado de intensa sinergia. A sinergia dá-se quando o resultado da interação entre os componentes produz um efeito maior que a combinação dos efeitos individuais de cada um. Para fornecer este óptimo efeito cada vitamina, mineral ou qualquer outro nutriente tem de ser eficientemente absorvido, distribuído, metabolizado e utilizado e tem de participar numa ampla gama de interações sinérgicas com enzimas, cofactores e outros nutrientes.

Este suplemento alimentar, tal como todos os suplementos da Terranova, é intensificado com um complexo sinérgico de plantas e alimentos fitonutrientes chamado Magnifood. Os ingredientes do Magnifood estão combinados de modo a aumentar as capacidades bioquímicas do organismo para maximizar os potenciais benefícios das vitaminas, minerais e / ou outros nutrientes. As plantas usadas no Magnifood sofrem um congelamento imediato da planta fresca. Estudos indicam que este congelamento da planta fresca tem a capacidade, única, de manter as enzimas das plantas demonstrando ser superior a outros métodos de secagem em termos de atividade, estabilidade, solubilidade e preservação da química original da planta fresca (como era quando foi colhida).

O **Ferro** é um nutriente fundamental para o bom funcionamento de nosso organismo.

No corpo humano existem cerca de 3 a 5g de ferro. Cerca de 80% está associado à hemoglobina e à mioglobina (sangue), sendo o restante armazenado no fígado e no baço.

Este mineral está relacionado com a formação da hemoglobina do sangue e com a respiração celular. É parte integrante de várias enzimas, participa no desempenho cognitivo e funcionamento cerebral, e na manutenção do sistema imunológico saudável. A maior parte do ferro é absorvido no intestino.

Apesar de ser um elemento abundante, a sua deficiência é um distúrbio nutricional muito comum. O aumento da motilidade intestinal, o excesso de gorduras, a presença de ácido fítico (presente em alimentos integrais) e de compostos fenólicos (presentes no chá, café, tisanas, cacau e vinho), são fatores que afetam a absorção de ferro. Geralmente indivíduos que consomem grande quantidade de fibra na sua alimentação, possuem níveis baixos de ferro.

O corpo perde importantes quantidades de ferro quando se perdem grandes quantidades de glóbulos vermelhos, como por exemplo durante uma hemorragia. O défice de ferro é uma das causas mais frequentes de anemia. Habitualmente o ferro contido numa dieta considerada normal não compensa a perda do mesmo derivado a uma hemorragia crónica, já que o nosso organismo tem uma reserva muito pequena de ferro. Por conseguinte, o ferro perdido deve ser fornecido pelos suplementos.

Os primeiros sinais de falta de ferro são o cansaço e a fadiga. Também é sabido que uma deficiência em ferro provoca uma diminuição da capacidade mental, afetando tanto a memória como a capacidade de aprendizagem. Prejudica também o sistema imunológico, tornando o indivíduo mais vulnerável às infeções.

Geralmente os suplementos que fornecem ferro podem causar problemas de obstipação. Nesta fórmula o ferro é fornecido na forma de **bisglicinato ferroso**, possibilitando que o ferro seja melhor absorvido, sem causar obstipação.

O bisglicinato ferroso, também não é afetado pelo consumo de fibras, sendo à mesma absorvido se houver maior consumo das mesmas.

O Magnifood do **EASY IRON 20mg COMPLEX** é constituído por:

Roseira Brava

A roseira brava tem uma das mais elevadas concentrações de vitamina C, 100 vezes maior do que as laranjas. A vitamina C aumenta significativamente a utilização de ferro.

Farelo de arroz estabilizado

É uma fonte de compostos relacionados com a vitamina E, incluindo tocoferóis e tocotrienóis. A inclusão de farelo de arroz neste produto é principalmente para compensar o efeito oxidante que o ferro tem sobre a vitamina E.

Embora as fibras de cereais possam prejudicar a absorção de ferro, o bisglicinato ferroso não é afetado por estas.

Cevada

Em adição ao seu teor de ferro, a cevada é uma excelente fonte de clorofila e ácido fólico (que é necessária para a formação da hemoglobina). A clorofila é particularmente importante na medida em que tem uma estrutura molecular idêntica à hemoglobina, à exceção de que contém magnésio, em vez de ferro.

Açaí

É uma fonte de compostos relacionados com a vitamina E, incluindo tocoferóis e tocotrienóis. A inclusão de açaí também é para compensar o efeito oxidante que o ferro tem sobre a vitamina E.

INDICAÇÕES: Anemias. Redução do cansaço e da fadiga. Carências nutricionais.

INGREDIENTES: Magnifood Complex 275mg [roseira brava / fruto (Rosa canina), farelo de arroz estabilizado, cevada (Hordeum vulgare), açaí / bagas (Euterpe oleracea)], agente de revestimento (hidroxipropilmetilcelulose, água), ferro (bisglicinato ferroso). Contem cevada.

INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR: Toma diária recomendada: 1 cápsula
Cada cápsula fornece:

| | |
|------------------------------|----------------|
| Magnifood Complex: | 275mg |
| Roseira brava | 100mg |
| Farelo de arroz estabilizado | 100mg |
| Cevada | 50mg |
| Açaí | 25mg |
| Ferro | 20mg (143%VRN) |

%VRN – Valor de Referência do Nutriente

UTILIZAÇÃO: Tomar 1 cápsula diária com 1 refeição.

APRESENTAÇÃO: Frasco com 50 cápsulas vegetais (20g).

