

PRÓ-VITAMINA A

Beta-Caroteno

SUPLEMENTO ALIMENTAR

COD. – 00521



A vitamina A contribui para a manutenção de uma visão normal.

A vitamina A é uma vitamina lipossolúvel e é transportada na gordura dos alimentos que a contêm. Esta vitamina é um nutriente essencial, e tem de ser fornecida pela alimentação. Como não é solúvel na água não é excretada na urina, pelo que não se deve exagerar a sua ingestão.

Deve-se realçar que no caso da vitamina A, se a sua ingestão for feita sob a forma de beta-caroteno (Pró-vitamina A), a possibilidade de hipervitaminose, e ação cumulativa, é nula porque a Pró-vitamina A só se converte, no fígado e no intestino delgado, em vitamina A consoante as necessidades do organismo. O beta-caroteno é uma forma segura de suplementação de vitamina A.

O papel das vitaminas no organismo é extremamente importante. Sempre que uma vitamina está ausente de um regime alimentar, e as vitaminas são nutrientes essenciais, ou não pode ser corretamente absorvida, surge uma doença específica.

São dez os carotenos que se podem converter em vitamina A. No organismo reações metabólicas convertem cada molécula de beta-caroteno em 2 de retinol, e o retinol é forma primária da vitamina A.

A vitamina A é necessária, principalmente, para o funcionamento, correto, dos olhos, da pele e das mucosas. A carência em vitamina A manifesta-se, em primeiro lugar, por problemas de visão noturna e fotofobia. É comum a “nictalopia”, nome clínico da doença, mais vulgarmente conhecida como “cegueira noturna”. A vitamina A é necessária para a síntese dos pigmentos sensíveis à luz, a rodopsina que regula a visão noturna, e a iodopsina que regula a perceção da cor.

A deficiência de vitamina A retarda, também, o crescimento e desenvolvimento normal, e está associada à queratinização do tecido epitelial, nomeadamente, da conjuntiva e da córnea. Ceratomalacia ou xeroftalmia é outra doença caracterizada pela ulceração e necrose da córnea e conjuntiva, devido a uma deficiência de vitamina A.

A hipovitaminose A causa também alterações no epitélio bronco-respiratório provocando um aumento na incidência das infeções respiratórias. A pele pode apresentar hiperqueratose com atrofia das glândulas sebáceas e sudoríparas. O cabelo fica quebradiço. As mucosas perdem a sua resistência às infeções.

São também conhecidas alterações no epitélio intestinal e urinário, lesões nervosas, hidrocefalia, perturbações na reprodução e degenerescência testicular associada a uma deficiência de vitamina A.

A vitamina A é igualmente recomendada nos atrasos de crescimento e paragem do desenvolvimento.

Este suplemento também contém vitamina E, que protege a membrana celular ao neutralizar os radicais livres que são responsáveis pelo desenvolvimento de doenças tais como a catarata. Participa também no combate à degradação das células da mácula ocular, prevenindo a DMRI (degeneração macular relacionada à idade).

INDICAÇÕES: Manutenção de uma visão normal.

INGREDIENTES: Agente de volume: óleo de soja, agente volume: óleo de germen de milho, vitamina E (D-alfa-tocoferol), vitamina A (beta-caroteno 30% em óleo de girassol) 5%, cápsula (gelificante: gelatina), humidificante (glicerina), corante (carotenos). Contém soja.

INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR: Toma diária recomendada: 1 cápsula

Cada cápsula fornece:		%VRN
Beta-caroteno*	6600mcg	
*6600mg de beta-caroteno = vitamina A (retinol)	1100mcg	138%
%VRN – Valor de Referência do Nutriente		

UTILIZAÇÃO: Tomar 1 cápsula diária de preferência durante a manhã, ingerida com água.

APRESENTAÇÃO: Embalagem com 30 cápsulas (13g).

