

## YANGO Multiwitamina dla nastolatków 90 kapsułek



Cena: 34,99 PLN

### Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	90 kaps.
Postać	kaps.
Producent	YANGO SP. Z O.O.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety
Substancja czynna	-

### Opis produktu

**Właściwości** Kompleks witamin i minerałów dla nastolatków

Prawidłowy rozwój, witalność i optymalne funkcjonowanie

Wysoki poziom energii dzięki witaminom z grupy B, witaminie C, magnezowi i żelazu

Zdrowe kości i zęby dzięki witaminie D

Silny układ odpornościowy

Optymalne funkcjonowanie układu nerwowego

Mocne włosy, skóra i paznokcie

**MULTIWITAMINA DLA NASTOLATKÓW** Witaminy i minerały są niezbędnymi składnikami zdrowej diety. Wpływają one na wiele procesów zachodzących w ludzkim ciele, co jest szczególnie ważne w okresie dorastania. Dla optymalnego zdrowia i witalności młodzi ludzie wymagają bardzo szczególnego zestawu składników odżywczych, które powinny być dostarczane w ramach pełnowartościowej diety. Multiwitamina dla nastolatków to zestaw witamin i minerałów w kapsułkach, podyktowany codziennymi potrzebami rozwijającego się nastoletniego organizmu. **ZESTAW WITAMIN DLA NASTOLATKÓW** Zastanawiasz się które witaminy dla nastolatków są najważniejsze dla optymalnego zdrowia i prawidłowego rozwoju? Każda z kapsułek produktu zawiera kompleks witamin potrzebnych młodemu człowiekowi dla zdrowego i pełnego witalności funkcjonowania. Poniżej znajdziesz pełną listę składników zawartych w suplementacji diety. Witamina A: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu żelaza i pomaga w utrzymaniu zdrowia błon śluzowych. Wspiera także zdrową skórę i prawidłowe widzenie. Pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego. Co więcej, odgrywa ona rolę w procesie specjalizacji komórek<sup>1</sup>. Witamina C: pomaga w utrzymaniu prawidłowego funkcjonowania układu odpornościowego, funkcji psychologicznych i ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Ponadto pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia zdrowego funkcjonowania naczyń krwionośnych, kości, chrząstki, ścięgna, skóry i zębów. Jest ważna dla regulowania

metabolizmu energetycznego, przyczyniając się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia. Co ważne, witamina C zwiększa także przyswajanie żelaza<sup>2</sup>. Witamina D: pomaga w utrzymaniu zdrowych kości, mięśni i zębów. Bierze udział w prawidłowym procesie podziału komórek oraz wchłanianiu wapnia i fosforu. Jej rolą jest również wsparcie działania układu odpornościowego<sup>3</sup>. Witamina E: pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym<sup>4</sup>. Witamina B1: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, funkcjonowanie serca, a także działania układu nerwowego i funkcji psychologicznych<sup>5</sup>. Witamina B2: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, zmniejszając uczucie zmęczenia i znużenia. Pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Ponadto wpływa na utrzymanie prawidłowego stanu błon śluzowych i czerwonych krwinek, przyczyniając się także do metabolizmu żelaza. Jest znana ze swojego wpływu na zachowanie zdrowej skóry i prawidłowego widzenia<sup>6</sup>. Witamina B3: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, zmniejszając uczucie zmęczenia i znużenia. Pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych i funkcjonowaniu układu nerwowego. Ponadto wpływa na stan błon śluzowych i zachowanie zdrowej skóry<sup>7</sup>. Witamina B5: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, zmniejszając uczucie zmęczenia i znużenia. Przyczynia się do prawidłowej syntezy i metabolizmu hormonów steroidowych, witaminy D i niektórych neuroprzekazników. Oprócz tego pomaga w utrzymaniu sprawności umysłowej na prawidłowym poziomie<sup>8</sup>. Witamina B6: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, zmniejszając uczucie zmęczenia i znużenia. Zapewnia wsparcie pracy układu odpornościowego, a także aktywności hormonalnej. Pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i utrzymaniu zdrowych funkcji psychologicznych<sup>9</sup>. Witamina B7: przyczynia się do utrzymania odpowiedniego metabolizmu energetycznego, pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu nerwowego i utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych. Jej wpływ na zdrowe włosy i skórę jest nieoceniony. Ponadto przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu makroskładników odżywczych oraz stanu błon śluzowych<sup>10</sup>. Witamina B9: to inaczej kwas foliowy. Pomaga w prawidłowej syntezie aminokwasów i produkcji krwi. Odgrywa ważną rolę w funkcjonowaniu układu odpornościowego oraz utrzymaniu prawidłowych funkcji psychologicznych. Kwas foliowy bierze też udział w procesie podziału komórek i przyczynia się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia<sup>11</sup>. Witamina B12: przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, zmniejszając uczucie zmęczenia i znużenia. Wspiera funkcjonowanie układu odpornościowego i nerwowego, a także prawidłowe działanie funkcji psychologicznych. Odgrywa rolę w procesie podziału komórek i produkcji czerwonych krwinek<sup>12</sup>. Witamina K: przyczynia się do prawidłowego krzepnięcia krwi i pomaga w utrzymaniu zdrowych kości<sup>13</sup>. **MINERAŁY DLA NASTOLATKÓW** Minerale to kolejne niezbędne mikroelementy, na które młody organizm wykazuje codzienne zapotrzebowanie. Minerale są niezbędne w niewielkich ilościach do prawidłowego funkcjonowania. Ciało ludzkie musi pozyskiwać je z diety, gdyż nie jest w stanie samodzielnie syntetyzować składników mineralnych. Multiwitamina dla nastolatków to suplement diety zawierający bogatą formułę minerałów niezbędnych dla optymalnego rozwoju. Każda z kapsułek multiwitaminowych zawiera poniższy zestaw składników mineralnych dla nastolatków. **Cynk:** wspiera funkcjonowanie układu odpornościowego i chroni komórki przed stresem oksydacyjnym. Jego wpływ na zachowanie zdrowej skóry, włosów i paznokci jest nieoceniony. Cynk pomaga w utrzymaniu prawidłowej równowagi kwasowo-zasadowej i metabolizmu węglowodanów, kwasów tłuszczowych oraz witaminy A. Jest niezbędny dla prawidłowej syntezy DNA, a także dla utrzymania płodności i funkcji rozrodczych. Bierze on udział w procesie podziału komórek i przyczynia się do prawidłowego widzenia, a także utrzymania funkcji poznawczych. Cynk odgrywa rolę w metabolizmie makroskładników odżywczych, syntezie białka i utrzymaniu zdrowych kości<sup>14</sup>. **Selen:** przyczynia się do prawidłowego przebiegu spermatogenezy, pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego i tarczycy. Wspiera także zdrowie włosów i paznokci, a także chroni komórki przed stresem oksydacyjnym<sup>15</sup>. **Miedź:** pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu układu odpornościowego i nerwowego. Wspiera pigmentację skóry, transport żelaza w organizmie i metabolizm energetyczny. Chroni też komórki przed stresem oksydacyjnym i pomaga w utrzymaniu prawidłowego stanu tkanek łącznych<sup>16</sup>. **Mangan:** przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego i pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Ponadto mangan jest ważny dla utrzymania zdrowych kości. Pomaga także w prawidłowym tworzeniu tkanek łącznych<sup>17</sup>. **Jod:** wspiera działanie układu nerwowego i pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji poznawczych. Ma również wpływ na zachowanie zdrowej skóry i metabolizm energetyczny. Ponadto pomaga w prawidłowej produkcji hormonów tarczycy i w jej zdrowym funkcjonowaniu<sup>18</sup>. **Magnez:** pomaga w utrzymaniu równowagi elektrolitowej, prawidłowym funkcjonowaniu mięśni i układu nerwowego. Przyczynia się też do utrzymania zdrowego metabolizmu energetycznego i funkcji psychologicznych. Magnez wspiera syntezę białka, odgrywa rolę w procesie podziału komórek, a także pomaga w utrzymaniu zdrowych kości i zębów<sup>19</sup>. **Żelazo:** pomaga w utrzymaniu prawidłowych funkcji poznawczych oraz produkcji czerwonych krwinek i hemoglobiny. Przyczynia się także do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego, zmniejszając uczucie zmęczenia i znużenia. Wspiera funkcjonowanie układu odpornościowego, pomaga w transporcie tlenu w organizmie i bierze udział w procesie podziału komórek<sup>20</sup>. **CZY WARTO SUPLEMENTOWAĆ WITAMINY I MINERAŁY DLA NASTOLATKÓW?** Każdy człowiek powinien codziennie dostarczać organizmowi pełnego zestawu witamin i składników mineralnych. Nasze ciało nie jest w stanie wyprodukować ich samodzielnie, dlatego tak ważne jest przyjmowanie ich w diecie. Co ważne, zapotrzebowanie na konkretne mikroelementy odżywcze zmienia się wraz z wiekiem, dlatego nastolatki mogą potrzebować innego zestawu witamin i minerałów niż osoby dorosłe. Niniejszy zestaw multiwitaminowy w kapsułkach zawiera szeroką gamę niezbędnych witamin i minerałów dla zdrowia, vitalności i optymalnego funkcjonowania w wieku nastoletnim. **Zalecane spożycie:** 1 kapsułka dziennie. Sposób użycia: Kapsułkę połknąć i popić dużą ilością wody, po posiłku. **Ważne!** Nie przekraczać zalecanej dziennej porcji. **Składniki** Składnik aktywny 1 kapsułka % RWS\* Witamina A (beta-karoten) 1,8 mg = 300 µg retinolu 37,5% Witamina D (cholekalcyferol) 20 µg / 800 IU 400% Witamina E (octan-DL-α-tokoferylu) 6 mg 50% Witamina K2-MK7 (menachinon-7) 37,5 µg 50% Witamina B1 (chlorowodorek tiaminy) 1 mg 90,9% Witamina B2 (ryboflawina) 1 mg 71,4% Witamina B3 (amid kwasu nikotynowego) 8 mg 50% Witamina B5 (D-pantotienian wapnia) 4 mg 66,7% Witamina B6 (pirydoksyna HCL) 1,2 mg 85,7% Witamina B7 (D-biotyna) 25 µg 50% Witamina B9 (kwas foliowy) 300 µg 150% Witamina B12 (metylokobalamina) 1,5 µg 60% Witamina C (kwas L-

askorbinowy)40 mg50%Cytrynian magnezuW tym magnez355 mg56,3 mg-15%Cynk (pikolinian cynku)5 mg50%Miedź (glukonian miedzi)0,7 mg70%Żelazo (diglicynian żelaza)7 mg50%Selen SeleniumSELECT® (L-selenometionina)40 µg72,7%Jod (jodek potasu)120 µg80%Mangan (cytrynian manganu)1 mg50%\*RWS – referencyjna wartość spożyciaSkładniki: cytrynian magnezu (magnez), kwas L-askorbinowy (witamina C), diglicynian żelaza (żelazo),pikolinian cynku (cynk), nośnik: sól sodowa oktenylobursztynianu skrobiowego; octan-DL-α-tokoferylu (witamina E), mikrokapsułkowana witamina D3 (sacharoza, skrobia, trójglicerydy średniołańcuchowe (MCT), cholekalcyferol), niacyna (witamina B3), substancja wypełniająca: fosforan wapnia; olej słonecznikowy, maltodekstryna, glukonian miedzi (miedź), cytrynian manganu (mangan), D-pantotenu wapnia (witamina B5), substancja wypełniająca: celuloza mikrokrystaliczna; pirydoksyna HCL (witamina B6), witamina A (beta-karoten), tiamina (witamina B1), ryboflawina (witamina B2), kwas pteroilomonoglutaminowy (witamina B9), jodek potasu (jod), L-selenometionina (selen) SeleniumSELECT®, menachinon-7 (witamina K2-MK7), D-biotyna (biotyna), metylokobalamina (witamina B12).Skład kapsułki: celuloza roślinna.ProducentYANGO Sp. z o.o., ul. Granitowa 3/14, 02-681 Warszawa