



# VITAMINA D3

**INGREDIENTES:** Vitamina D3 (Colecalciferol).

La Vitamina D3 es producida en la piel del ser humano y de otros animales, a partir del 7-dehidrocolesterol (derivado del colesterol) por acción los rayos UVB (290-310 nm) de la luz solar.

El organismo puede obtenerlo por la acción de los rayos ultravioleta de la luz solar sobre el 7-dehidrocolesterol o por vía digestiva a través de la ingesta de alimentos que lo contienen.

El coleciferol se transforma por hidroxilación en el hígado en 25-hidroxicolecalciferol (calcidiol) el cual se hidroxila de nuevo en el riñón para formar 1-25 dihidroxicolecalciferol (calcitriol) que es la forma activa.

La vitamina D3 tiene incidencia en tres grandes áreas: en los huesos y las articulaciones a través del equilibrio fosfocálcico que permiten mantener la flexibilidad, la resistencia y la calidad de los huesos; en el sistema inmunitario para evitar infecciones y enfermedades; y en el ciclo de vida celular.

Hace que nuestros huesos y articulaciones estén fuertes, nos ayudan a mantener la flexibilidad, resistencia y calidad de los huesos, ayuda a prevenir enfermedades e infecciones gracias a que fortalece el sistema inmunitario. También mejora el bienestar y nuestro estado de ánimo y ayuda a combatir enfermedades metabólicas como la diabetes o la hipertensión.

La vitamina D desempeña un papel fundamental en varias áreas del cuerpo, destacando especialmente:

**La salud de los huesos:** la vitamina D mantiene los niveles adecuados de calcio en la sangre ya que ayuda al cuerpo a absorber el calcio que se consume en la dieta. También regula la densidad mineral ósea controlando la síntesis y degradación de los huesos.

**Sistema inmunológico:** el papel de la vitamina D en el sistema de defensa del cuerpo ha mostrado ser relevante en la prevención de algunas infecciones y de enfermedades en las cuales el sistema inmunológico ataca por error a células sanas del cuerpo.

**Secreción de hormonas:** la vitamina D también se ve implicada en la regulación de la producción de ciertas hormonas encargadas de regular la salud de los huesos y los niveles de glucosa en sangre.

Facilita la absorción de calcio para huesos sanos.

Beneficia la digestión al reducir las grasas.

Reduce síntomas depresivos.

Facilita la absorción de calcio y otros nutrientes.

Beneficia al sistema inmunológico.

Regula los niveles de azúcar en sangre.

**PRESENTACIÓN:** FRASCO CON 60 COMPRIMIDOS DE 500 mg.

**MODO DE USO:** Tomar 2 comprimidos en el desayuno.

La ingesta de 2 comprimidos de 500mg aportan 600 U.I. de Vitamina D3.

