

Perfam **Cálcio + D3**

SUPLEMENTO À BASE DE CÁLCIO E VITAMINA D

INFORMAÇÕES

Conteúdo: 60 cápsulas

A vitamina D3 (ou colecalciferol) é uma vitamina que promove a absorção de cálcio (após a exposição à luz solar), essencial para o desenvolvimento normal dos ossos e dentes, atua também, como recentemente descoberto, no sistema imune, no coração, no cérebro e na secreção de insulina pelo pâncreas.

É uma vitamina lipossolúvel obtida a partir do colesterol como precursor metabólico através da luz do sol, e de fontes dietéticas.

Funcionalmente, a vitamina D atua como um hormônio que mantém as concentrações de cálcio e fósforo no sangue através do aumento ou diminuição da absorção desses minerais no intestino delgado.

A vitamina D também regula o metabolismo ósseo e a deposição de cálcio NOS OSSOS.



O cálcio é essencial para a transmissão nervosa, coagulação do sangue, contração muscular, atua também na respiração celular, além de garantir uma boa formação e manutenção de ossos e dentes. Por sua presença na formação óssea, o cálcio é um dos elementos essenciais à boa qualidade de vida.

IMPORTÂNCIA

Por ser essencial para o funcionamento do organismo, quando existe deficiência de cálcio na corrente sanguínea (por má alimentação, questões hormonais ou outros motivos) o corpo tende a repor a deficiência retirando cálcio dos ossos. A deficiência de cálcio pode levar a [osteopenia](#) e [osteoporose](#), na qual os ossos se deterioram e há um aumento no risco de fraturas especialmente nos ossos mais porosos.

Também sua deficiência pode causar: agitação, unhas quebradiças, propensão à cáries, depressão, hipertensão, insônia, irritabilidade, dormência no corpo e palpitações.