



Abbott Laboratórios do
Brasil Ltda
Rua Michigan, 735
São Paulo, Brasil
CEP: 04566-905
T: (11) 5536-7000
F: (11) 5536-7345

CALCITOTAL®

**Suplemento à base de Cálcio, Vitamina D e Vitamina K2
AUXILIA NA FORMAÇÃO DE OSSOS E DENTES**

ZERO AÇÚCARES

**ESTE NÃO É UM ALIMENTO BAIXO OU REDUZIDO EM VALOR ENERGÉTICO
COLORIDO ARTIFICIALMENTE**

**Cápsula gel
FÁCIL DE ENGOLIR ¹⁰**

CALCITOTAL é um suplemento alimentar à base de Cálcio, Vitamina D e vitamina K2 que auxilia na complementação da quantidade de Cálcio necessária para o bom funcionamento do nosso organismo.

Neste folheto colocamos algumas informações importantes para que você conheça um pouco mais da importância da correta ingestão de cálcio para garantir disposição, bem estar e qualidade de vida.

CÁLCIO

O Cálcio é um mineral importante e muito necessário para diversas atividades metabólicas essenciais no nosso organismo¹.

Ele precisa estar presente na manutenção de ossos fortes e na coagulação do sangue.¹

O Cálcio se move constantemente dentro e fora dos ossos (remodelação óssea) até aproximadamente os 30 anos. Depois desta faixa etária, os ossos perdem progressivamente esta capacidade de aumentar o depósito de cálcio neles existentes (banco de cálcio) e as reservas de cálcio ósseo passam a ser disponibilizadas. Depois dos 30 anos há uma maior tendência de perda destas reservas.^{1/2/3}

Por isso é tão importante a correta ingestão de cálcio na infância o que vai determinar a boa formação do esqueleto e da dentição e influenciar positivamente a saúde dos ossos depois dos 30 anos. Com o processo de envelhecimento há a diminuição de produção e de absorção de vitaminas e sais minerais.^{1/2/3}

CONFIDENCIAL



Abbott Laboratórios do
Brasil Ltda
Rua Michigan, 735
São Paulo, Brasil
CEP: 04566-905
T: (11) 5536-7000
F: (11) 5536-7345

VOCÊ SABIA?

Que o leite não é a única e nem a melhor fonte de Cálcio de nossa alimentação?

Além dos derivados lácteos, os vegetais de folha verde, tofu, feijão, salmão e sardinha são alimentos fonte de Cálcio.⁴

VITAMINA D

Ca

Vit. K2

MAIOR ABSORÇÃO DO CÁLCIO

MAIOR FIXAÇÃO DO CÁLCIO

A Vitamina D é de extrema importância para a manutenção saudável do esqueleto e essencial na absorção do Cálcio.⁵

A influência desta vitamina pode desenvolver ossos moles, finos e frágeis, uma condição problemática para idosos, que se agrava com a falta de exposição solar.^{5/4}

CALCITOTAL®

Contém Vit. K2

A Vitamina K2 é responsável por ativar a osteocalcina, proteína necessária para a fixação do cálcio na matriz óssea. A deficiência prolongada desta vitamina é um fator de risco para a osteoporose.⁷

A combinação de Vitamina K2 com Cálcio e Vitamina D é o grande diferencial de CALCITOTAL que garante e facilita a ingestão destes importantes nutrientes de forma prática e moderna.

VOCÊ SABIA?

Que quando não há uma quantidade suficiente de cálcio circulando no sangue devido a uma dieta pobre em cálcio, o corpo vai utilizar as reservas de cálcio contida nos ossos e dentes onde 99% do cálcio está "armazenado"?

Com o passar do tempo, esta retirada de cálcio pode resultar em ossos porosos e fracos (osteoporose).⁸

A osteoporose pode atingir pessoas de todas as idades, mas é mais frequente a partir dos 50 anos. Os ossos perdem a resistência e o risco de fraturas é maior.

Por isso é tão importante ingerir quantidades diárias deste mineral além de estabelecer uma rotina de hábitos saudáveis.²

CONFIDENCIAL



Abbott Laboratórios do
Brasil Ltda
Rua Michigan, 735
São Paulo, Brasil
CEP: 04566-905
T: (11) 5536-7000
F: (11) 5536-7345

Que a ingestão recomendada de cálcio para adultos é de 1000 mg por dia? ^{9/10}
Que estes valores variam de acordo com a idade, gênero e condições de saúde? ^{9/10}
Somente o médico poderá recomendar doses superiores à 1000mg ao dia. ^{9/10}
Que a ingestão de Cálcio, sem orientação médica não deve ultrapassar a dose recomendada? ^{9/10}

SAÚDE DOS OSSOS

é o principal benefício do consumo diário de Cálcio, Vitamina D e Vitamina K presentes no CALCITOTAL®

2 cápsulas de CALCITOTAL equivalem à recomendação diária de Cálcio (1000mg de cálcio).

A porção diária recomendada de CALCITOTAL (2 cápsulas) equivale à quantidade aproximada de cálcio presente em 5 copos de leite integral com 190ml cada.

Recomendação de uso: 1 a 2 cápsulas ao dia, ou conforme orientação médica e/ou nutricionista.

CALCITOTAL®

- + exercícios físicos
- + alimentação saudável
- + exposição solar
- = saúde óssea

Estabelecer uma rotina de hábitos saudáveis como uma dieta equilibrada rica em vitaminas e cálcio, passeios com exposição solar e atividades físicas regulares, vão ajudar na melhoria de sua saúde óssea.

Fontes consultadas:

(Ref 1) Grudtner, V.S. et al. Aspectos da absorção no metabolismo do cálcio e vitamina D. Rev.Bras.Reumatol; 37(3):143-51, maio-jun. 1997.

(Ref 2) <http://www.endocrino.org.br/10-coisas-que-voce-precisa-saber-sobre-osteoporose/> acesso em 08/09/2016.

(Ref 3) <http://osteoporosisinlatinamerica.com/pt/prevencao/> acesso em 08/09/2016

(Ref 4) <https://www.iolbonehealth.org/osteoporosis-musculoskeletal-disorders/osteoporosis/prevention/calcium> acesso em 08/09/2016

CONFIDENCIAL



Abbott Laboratórios do
Brasil Ltda
Rua Michigan, 735
São Paulo, Brasil
CEP: 04566-905
T: (11) 5536-7000
F: (11) 5536-7345

(Ref 5) Avolio, G. et al. O papel da vitamina D3 e da osteocalcina no metabolismo ósseo: uma análise necessária para se otimizar a osseointegração. Rev Inst Ciênc Saúde. 2008;26(3):347-50.

(Ref 6) <http://www.endocrino.org.br/aspectos-praticos-do-uso-do-calcio-e-da-vitamina-d/> acesso em 08/09/2016 Endocrinol Metab. 2014 July; 58(5): 444-451.

(Ref 7) Zanatta LCB., Boguszewski CL, Borba VZC., et al. Osteocalcin, energy and glucose metabolism. Arq Bras Endocrinol Metab. 2014 July; 58(5): 444-451

(Ref 8) <http://www.health.state.mn.us/divs/hpcd/cdr/nutrition/facts/calcium.html> acesso em 08/09/2016

(Ref 9) NIH Consensus Development Panel on Osteoporosis Prevention, Diagnosis, and Therapy. Osteoporosis prevention, diagnosis, and therapy. JAMA. 2001 Feb 14;285(6):785-95.

(Ref10) Jones, WJ. 3rd. et al. Softgels: consumer perceptions and market impact relative to other oral dosage form. Adv Ther. 2000 Sep-Oct;17(5):213-21.

ABBOTT CENTER

Central de Relacionamento com o Cliente 0800 7031050

www.abbottbrasil.com.br

CONFIDENCIAL