VITAMINOR

INFORMAZIONI STAGIONALI GENNAIO FEBBRAIO 2021

NUOVA FORMULA D3 COMPLEX



LA VITAMINA D

La vitamina D fu identificata nel 1922 dal professor Elmer Mc Collum, biochimico americano.

Le forme attive della vitamina D sono il calcifediolo e soprattutto il calcitriolo.

Hanno come precursori: colecalciferolo o vitamina D3 e calciferolo o ergocalciferolo o vitamina D2.

Il colecalciferolo o vitamina D3 viene sintetizzato nella pelle sotto l'effetto dei raggi UVB del sole.
I ricercatori spagnoli del Politecnico di Valencia sono riusciti a fornire dettagli sulla durata dell'esposizione, a seconda in particolare della stagione. Stimano che in primavera e in estate siano sufficienti dai 10 ai 20 minuti di esposizione al giorno. Ma le scottature possono verificarsi dopo dieci minuti e le probabilità di sviluppare il cancro della pelle sono alte. Non solo è difficile garantire tale esposizione, ma possono verificarsi scottature prima che si possa raggiungere la dose giornaliera di vitamina D. Le creme UVB (indice> 15) possono ridurre del 99% i raggi UVB che penetrano nella pelle.

La sintesi della vitamina D varia anche a seconda di dove il corpo è esposto ai raggi UV. Se esposto al sole, è preferibile l'esposizione delle braccia o delle gambe. La pelle del viso, molto sensibile, produce poca vitamina D.

Journal of Exposure Science & Environmental Epidemiology (DOI: 10.1038 / s41370-019-0137-2).

Pertanto, la stagione e la latitudine hanno un'influenza e, secondo gli scienziati, la stragrande maggioranza della popolazione è carente di vitamina D3. In Francia, secondo lo studio National Health Nutrition 2006-2007, la prevalenza dell'insufficienza di vitamina D mostra che il 79% degli uomini e l'81% delle donne avevano una concentrazione sierica di calcidiolo (forma di dosaggio nel sangue di vitamina D idrossilato dal fegato) inferiore a 75 nmol / l (soglia ottimale). Per il 36% degli uomini e il 49% delle donne, era inferiore a 50 nmol / l (deficit moderato) e inferiore a 25 nmol / l (deficit grave) per il 4% degli uomini e il 6% delle donne.

I fattori che influenzano la sintesi di Vitamina D3

- L'inquinamento assorbe i raggi UV.
- La sintesi della vitamina D dipende dai tipi di pelle che sono più chiari o più scuri. La melanina funge da barriera, un protettore solare naturale. Le persone con la pelle scura necessitano da 3 a 5 volte il tempo di esposizione rispetto a quelle con la pelle chiara per sintetizzare la stessa quantità di vitamina D.
- Temperatura della pelle: la produzione di vitamina D è maggiore quando la temperatura è alta.
- Dovresti anche sapere che con l'età diminuisce la capacità di sintetizzare la vitamina D nella pelle. Questo fenomeno è accentuato per le persone con mobilità ridotta e confinate all'interno della loro casa. Recentemente, si è scoperto che anche una dieta equilibrata e la luce solare non sono abbastanza efficaci da fornire abbastanza vitamina D, specialmente nelle persone di età superiore ai 60 anni.
- Molte condizioni sono associate a una carenza di vitamina D come il morbo di Crohn, danni al fegato e ai reni, ecc.
- Quando si è in sovrappeso, la vitamina D3 tende ad essere immagazzinata negli adipociti, il che le impedisce di circolare normalmente nel sangue.

Anche le persone che stanno assumendo trattamenti per ridurre l'assorbimento dei grassi dall'intestino, ad esempio come parte del trattamento per l'obesità o il colesterolo possono avere una sensibile riduzione di Vitamina D3. Gli enzimi nel fegato e nei reni aiutano a convertire la pre-vitamina D nella sua forma attiva; farmaci o altre sostanze che interferiscono con questi enzimi possono abbassare i livelli di vitamina D.

I farmaci che accelerano o attivano gli enzimi che aiutano a scomporre la vitamina D3 e la vitamina D2 in forme inattive hanno il potenziale per abbassare i livelli di questa vitamina. Ad esempio alcuni antibiotici, anticonvulsivanti, antimicotici, corticosteroidi...

Il ruolo fisiologico del calcitriolo

Il calcitriolo controlla numerosi geni.

Dalla fine degli anni '90, la vitamina D ha sollevato le maggiori speranze per prevenire i disturbi più mortali nei paesi sviluppati: **il cancro e le malattie cardiovascolari, in particolare**.

È vitale per ossa e denti sani. In effetti, svolge un ruolo essenziale nel metabolismo del calcio nel corpo. Regola il livello di calcio nel sangue migliorando l'assorbimento di questo minerale a livello intestinale, riducendo al

minimo la sua eliminazione attraverso l'urina. Aiuta anche a depositare e rimuovere il calcio dalle ossa, a seconda delle necessità dell'organismo.

Agisce sui geni che **regolano la proliferazione e differenziazione cellulare e la secrezione di insulina.**

I risultati più convincenti riguardano le seguenti condizioni: **rachitismo, iperparatiroidismo, psoriasi e osteoporosi.**

I benefici della vitamina D sono anche ben documentati in: **prevenzione delle cadute, dolore e debolezza muscolare** (favorendo la contrazione e il rinnovamento delle fibre muscolari), **l'epilessia, la prevenzione di alcuni tumori** (colon-retto, seno, prostata), **prevenzione diabete di tipo I e II, prevenzione di alcune malattie autoimmuni** (sclerosi multipla, artrite reumatoide e malattie infiammatorie intestinali), **prevenzione dei disturbi cardiovascolari** (riduzione dell'infiammazione, calcificazione del vasi sanguigni e pressione sanguigna), **declino cognitivo** (anziani, morbo di Alzheimer), **asma** nei bambini.

La Vitamina D e sistema immunitario

La vitamina D modula migliaia di geni e molti aspetti della funzione immunitaria, sia innata che adattativa.

Stimola la produzione di anticorpi che svolgono un'azione antivirale e antibatterica (catelicidine e agenti difensivi),

Stimola la distruzione dei patogeni attraverso le cellule dei macrofagi,

Impedisce al tuo sistema immunitario di reagire in modo eccessivo attraverso la produzione di linfociti T regolatori: regola così le reazioni infiammatorie eccessive e limita l'insorgenza di patologie autoimmuni.

Gli apporti raccomandati

Gli standard per la vitamina D3 sono stati rivisti.
L'Agenzia per la sicurezza alimentare (EFSA) ha aumentato il limite di sicurezza per gli adulti di vitamina D a 100 µg al giorno in aggiunta all'assunzione di cibo. (4000IU). Si dovrebbe mirare a un livello ematico minimo di 75 nmol / L e un livello ottimale di 150 nmol / L. L'evidenza scientifica è molto chiara che ci sono molti più problemi di salute associati a una quantità insufficiente di vitamina D rispetto a una dose troppo alta. Il livello ematico tipico delle persone sane che si espongono regolarmente e in modo sano al sole varia da 125 a 175 nmol / L. Alcuni, sulla base di studi clinici, suggeriscono invece un'assunzione massima di 10.000 UI. In uno studio su persone con sclerosi multipla, assumere in media 14.000 UI / giorno per un anno non avrebbe causato tossicità.
L'integrazione di vitamina D non è solo sicura, ma è l'unico modo per assumere una quantità sufficiente di vitamina D per più della metà dell'anno per un terzo della popolazione mondiale, ovvero le persone che vivono in intorno al 40 ° parallelo e più a nord.Un recente studio mostra che un microbiota intestinale sano promuove il metabolismo e l'efficienza della vitamina D: *Métabolites de la vitamine D et microbiome intestinal chez les hommes âgés Robert L. Thomas ,Lingjing Jiang ,John S. Adams ,Zhenjiang Zech Xu ,Jian Shen ,Stefan*

*Janssen ,Gail Ackermann ,Dirk Vanderschueren ,Steven Pauwels ,Rob Knight ,Eric S. Orwoll et Deborah M. Kado Communications de la nature le volume **11** , Numéro d'article: 5997 (2020)*

Vitamina D3 e Covid

L'Accademia di Medicina (Parigi) raccomanda la vitamina D nei casi di Covid-19 "è stata dimostrata una correlazione significativa tra bassi livelli sierici di vitamina D e mortalità da Covid-19".

"La vitamina D non può essere considerata un trattamento preventivo o curativo per le infezioni dovute a SARS-CoV-2; ma mitigando la tempesta infiammatoria e le sue conseguenze, potrebbe essere considerata come un'aggiunta a qualsiasi forma di terapia", possiamo leggere in un comunicato stampa pubblicato il 22 maggio 2020. L'Accademia di Medicina raccomanda di misurare rapidamente il livello sierico di vitamina D (cioè 25 OHD) nelle persone di età superiore a 60 anni con di Covid-19 e somministrare, in caso di carenza, una dose di carico da 50.000 a 100.000 UI che potrebbe aiutare a limitare le complicanze respiratorie; raccomanda di fornire un'integrazione di vitamina D da 800 a 1000 UI / giorno a persone di età inferiore ai 60 anni dopo la conferma della diagnosi di Covid-19 ".

Un collettivo di 150 scienziati, medici e importanti autorità chiede un maggiore utilizzo della vitamina D per combattere il COVID-19.

Le prove fino ad oggi suggeriscono la possibilità che la pandemia di COVID-19 sia in gran parte perpetuata infettando quelli con poca vitamina D e che i decessi siano in gran parte concentrati in quelli con carenza. La semplice possibilità che sia così dovrebbe forzare la raccolta urgente di più dati sulla vitamina D. Anche senza più dati, **la preponderanza di prove indica che l'aumento della vitamina D aiuterebbe a ridurre le infezioni, ricoveri e decessi.**

Le prove scientifiche dimostrano che:

• Livelli ematici più elevati di vitamina D sono associati a tassi più bassi di infezione da SARS-CoV-2.

• Livelli di D più elevati sono associati a un minor rischio di casi gravi (ospedalizzazione, terapia intensiva o morte).

• Studi di intervento (inclusi studi controllati randomizzati) indicano che la vitamina D può essere un trattamento molto efficace.

• Numerosi articoli rivelano diversi meccanismi biologici mediante i quali la vitamina D influenza COVID-19.

• La modellizzazione dell'inferenza causale, i criteri di Hill, gli studi di intervento ei meccanismi biologici indicano **che l'influenza della vitamina D su COVID-19 è molto probabilmente causale, non solo una correlazione.**

L'evidenza è stata ampiamente rivista (188 articoli) fino a metà giugno [Benskin '20] e le pubblicazioni più recenti sono sempre più convincenti [Merzon et al '20 ; Kaufman et coll. 20 ; Castillo et al '20]. (Vedi anche [Jungreis & Kellis '20] per un'analisi più approfondita dei risultati degli RCT di Castillo et al.)

Le particolarità della gamma di complementi Vitaminor

Vitaminor possiede l'esclusività di un metodo di produzione che ha ottenuto un brevetto europeo. Questo processo chiamato BEQ consente di ottenere prodotti energizzati. Le tecniche di imaging in cristallizzazione sensibile mostra l'aumento del potenziale d'azione delle formule.

Le società che elaborano e commercializzano gli integratori Vitaminor sono altamente specializzate nella loro produzione. Queste società operano in stretta collaborazione e questo assicura la qualità eccezionale di ogni integratore Vitaminor.

Il nostro gruppo Vitaminor gestisce tutto dalla a alla z, dall'ideazione al prodotto finito:

- le formulazioni sono elaborate da micronutrizionisti professionisti;

- le materie prime sono selezionate con cura da fornitori seri che garantiscono qualità e tracciabilità dei loro prodotti;

- la produzione è realizzata da un laboratorio accreditato, che padroneggia totalmente la manipolazione delle materie prime naturali (delicate e fragili) e garantisce la sicurezza del prodotto finito;

- ogni integratore è in linea con la legislazione europea e risulta registrato presso le strutture di sanità pubblica;

Questa è la ragione per la quale numerosi professionisti della salute consigliano la gamma dei prodotti VItaminor.

Consultate il nostro sito https://vitaminor.eu/it/

Le news

Novità Vitaminor: D3 3000 UI Complex

D3 3000 UI Complex è a base di vitamina D3 di origine vegetale (colecalciferolo) estratta da un lichene che cresce spontaneamente in Canada, Scandinavia e Irlanda. Ha il certificato VEGAN®.

La vitamina D3 è associata ai cofattori enzimatici delle vitamine B2 e B3 nella trasformazione del colecalciferolo in calcitriolo (la forma attiva della vitamina D3).

Raccomandazioni per l'uso

1 capsula al giorno durante un pasto accompagnata da acidi grassi per un migliore assorbimento della vitamina D3

Non superare la dose raccomandata.

Si consiglia di spaziare le dosi in base alle esigenze fisiologiche.

Precauzioni per l'uso in donne in gravidanza e in allattamento.

Solo per adulti.

Chiedere sempre consiglio a un professionista sanitario.

Ingredienti:

30 mg Vitamina D3 d'origine vegetale ovvero 75 µg di vitamina D3 (3000 UI … 1500% VNR)

2,4mg Vitamina B3 Nicotinamide .....(15%VNR*)

0,28mg Vitamina B2 Riboflavina 5' fosfato di sodio ovvero 0,21mg di Vitamina B2 (15% VNR)

Amido di Riso Certificato BIO (Agente di Carica dinamizzato BEQ). Opercoli vegetali.

Associazioni benefiche per il sistema immunitario

C-Vitamino complex

Acerol complex

Leucogeno complex

Floro complex

Il sistema immunitario dei nostri amici a 4 zampe

Informazione preliminare:

L'evoluzione della legislazione europea non ci permette più di proporvi la nostra gamma Animo Complex. Il legislatore ha previsto soltanto due categorie di prodotti destinati agli animali: alimenti e medicinali.

Dunque l'integratore alimentare non esiste più. I nostri prodotti Animo Complex a base di vitamine, minerali, antiossidanti di origine naturale, aminoacidi, Omega 3 e estratti secchi di piante titolati non rientrano più nella nuova legislazione.

Ciononostante continueremo a parlarvi del benessere dei nostri amici perché non vogliamo privarli dei nostri consigli dispensati da professionisti della salute.

Gli animali sono soggetti ai cambiamenti climatici, all'inquinamento e allo stress dei loro proprietari. Molte epidemie circolano colpendo tutte le mucose (digestive e respiratorie). Per integrare la dieta spesso molto stereotipata di cani e gatti, Vitaminor ha sviluppato una formula che si adatta alle esigenze nutrizionali dei piccoli carnivori.

Complement Essencial, il partner per l'equilibrio nutrizionale degli animali. Contribuisce:

- al normale funzionamento del sistema immunitario (vitamine A, B6, B9, D3, rame, selenio, zinco)

- a ridurre l'affaticamento (vitamine B2, B3, B6, B9, magnesio)

- al normale metabolismo energetico (vitamine B1, B2, B3, B6, rame, magnesio, manganese)

- alle normali funzioni psicologiche (vitamine B1, B3, B6, B9, C, magnesio)

ISTRUZIONI PER L'USO in cani e gatti: una capsula al giorno per cani e gatti di peso inferiore a 5 kg, 2 capsule al giorno da 5 a 15 kg, 3 capsule al giorno da 15 a 25 kg e 4 capsule per giorno per cani di grossa taglia.

* Se non si è veterinari chiedere comunque consiglio a un veterinario.

Consultate in dettaglio le nostre formulazioni sul sito vitaminor https://vitaminor.eu/it/