

# Nutrienți esențiali pentru sănătatea dumneavoastră

Eficacitatea cercetării științifice  
dovedite

Prezentare  
produse



**Pharma Nord**

## Pharma Nord

### **Avem nevoie de suplimente alimentare?**

În zilele noastre, un număr din ce în ce mai mare de consumatori consideră că au o responsabilitate personală pentru a-și menține și chiar îmbunătăți starea de sănătate. Cercetătorii au arătat că este benefic să ne asigurăm prin alimentație niveluri adecvate de vitamine, minerale și acizi grași esențiali. Legumele pe care le mâncăm poate au fost cultivate pe un sol deficitar în minerale sau poate conținutul lor de vitamine a scăzut ca urmare a depozitării neadecvate. Procesarea industrială, prepararea prelungită a alimentelor, nerespectarea orelor de masă sau consumul alimentelor inadecvate contribuie împreună la scăderea aportului de substanțe nutritive vitale organismului.

### **Consumatorii devin tot mai conștienți de calitatea produselor!**

Consumatorii nu mai utilizează suplimentele alimentare doar pentru a fi cu conștiința împăcată. Ei se așteaptă ca suplimentele să le ofere beneficii semnificative în decurs de câteva săptămâni de la începutul administrării- altfel, produsele vor fi considerate ca fiind fără valoare. Mai mult, consumatorii se așteaptă ca aceste suplimente să fie bazate pe studii științifice, care să le documenteze calitatea și eficiența, cerință care a fost luată în considerare în dezvoltarea produselor Pharma Nord.

### **Sunt toate suplimentele alimentare la fel de eficiente?**

Există diferențe considerabile privind gradul în care organismul poate absorbi sau utiliza nutrienții din suplimentele alimentare, fapt cunoscut sub denumirea de biodisponibilitate. Mulți consumatori au devenit conștienți de acest lucru când au încercat să folosească alte produse, de obicei branduri ieftine cu materie primă de calitate inferioară. Pentru fiecare produs Pharma Nord există documentație științifică, care atestă că este biologic activ atunci când este administrat. La Pharma Nord, testăm și dezvoltăm fiecare produs din gamă pentru a asigura cel mai înalt grad posibil de calitate, biodisponibilitate și activitate. Pharma Nord este unul dintre liderii din domeniul producției suplimentelor alimentare, ceea ce explică de ce produsele noastre s-au transformat într-un succes mondial!

### **Suplimentele alimentare de la Pharma Nord**

- **întrunesc standardele de calitate și fabricație în vigoare (GMP)**
- **sunt bazate pe cercetări științifice**
- **au efecte documentate de cercetători și universități din întreaga lume**
- **sunt standardizate- toate tabletele și capsulele sunt identice pentru fiecare produs în parte**
- **au rată mare de absorbție**



## Bio-Melatonină™ Utilă în schimbările de fus orar

### Ce este melatonina?

Melatonina este o substanță naturală secretată în creier de glanda pineală, ca parte a ritmului circadian al corpului. Sinteza și eliberarea melatoninei sunt stimulate de întuneric și ating maximum între orele 2.00 și 4.00 a.m. Producția de melatonină a corpului este inhibată în prezența luminii, având cel mai înalt nivel începând cu vârsta de 3-5 ani până la maturitate, apoi descrește treptat. Melatonina contribuie la diminuarea manifestărilor subiective apărute ca urmare a modificărilor de fus orar\* și, de asemenea, la scăderea timpului necesar pentru a adormi\*\*.

\* Min. 0,5 mg melatonină/zi, înainte de culcare

\*\* Min. 1,0 mg melatonină/zi, înainte de culcare

### De ce ar trebui să luați Bio-Melatonină

În cazul persoanelor care călătoresc foarte mult și traversează zone cu mai multe fusuri orare, pot apărea diverse manifestări subiective, dar Bio-Melatonină ajută la reducerea lor, contribuind la diminuarea timpului necesar pentru a adormi.

### Somn natural

Melatonina este o substanță produsă natural de organism și nu sunt cunoscute efecte nedorite atunci când este administrată în dozele recomandate. Cu melatonină poate fi mult mai ușor să dormiți noaptea și să vă treziți odihniți în situații în care calitatea somnului ar avea de suferit.

#### Doza zilnică recomandată

1 tabletă înainte de culcare sau la recomandarea medicului. A nu se consuma alcool în timpul administrării produsului. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produs indicat vegetarienilor.

#### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Melatonină™

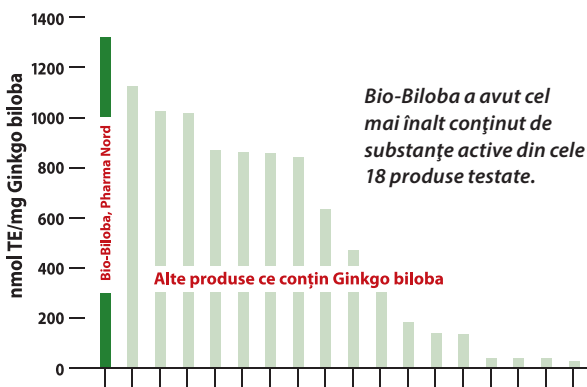
30 tablete filmate



## Bio-Biloba™ Pentru o bună circulație

### Ce este Ginkgo biloba?

Ginkgo biloba (cunoscut și sub numele de maidenhair tree) este un copac ce se găsește pe lângă templele antice și ale cărui frunze au fost folosite în remedii populare de-a lungul secolelor. În zilele noastre, datorită minuțioaselor cercetări științifice privind mecanismele de acțiune ale compușilor activi din Ginkgo biloba, este posibilă obținerea unor extracte de înaltă calitate care să furnizeze aceeași cantitate de compuși activi în fiecare tabletă. Bio-Biloba reprezintă noua generație de produse farmaceutice standardizate obținute din Ginkgo biloba, care au devenit din ce în ce mai populare, în special printre persoanele vârstnice. Ginkgo biloba ajută la menținerea unei bune funcții cognitive și a unei bune circulații a sângelui. O circulație optimă a sângelui este de o importanță majoră



Referință: Mantle et al. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, Volume 9, Number 5, 2003, pp.625-629



pentru sănătate și pentru buna funcționare a întregului organism.

### **De ce ar trebui să luați Bio-Biloba?**

Bio-Biloba este un preparat de înaltă calitate obținut dintr-un extract standardizat de Ginkgo biloba, care prezintă conținut înalt în cele două componente biologice active (glicozide flavonice și lactone terpenice). Acesta este un aspect important dacă vreți să obțineți rezultate. Mai mult, extractul de Ginkgo din Bio-Biloba este standardizat, având conținutul în substanțe active același cu cel utilizat în studiile științifice care au evidențiat rezultate pozitive.

Conținutul înalt de extract de Ginkgo biloba din fiecare tabletă (cu 24% glicozide flavonice și 6% lactone terpenice) face posibilă obținerea rezultatelor dorite în aproximativ 4 săptămâni, prin administrarea a doar 1-2 tablete pe zi.

### **Cel mai bun în teste**

Într-un test britanic (publicat în The Journal of Alternative and Complimentary Medicine) în care s-au comparat 18 preparate diferite de Ginkgo biloba, Bio-Biloba a obținut cel mai înalt scor. În mod paradoxal, câteva dintre brandurile competiției au avut o cantitate mai mare de extract de Ginkgo biloba în fiecare tabletă, dar, așa cum oamenii de știință au subliniat ulterior, dacă extractul nu este standardizat, nu există nicio garanție privitoare la cât compus activ conține acesta. Cu Bio-Biloba știți că beneficiați de aceeași concentrație de ingrediente active cu fiecare tabletă.

***Ginkgo biloba ajută la menținerea unei bune circulații a sângelui și a unei bune funcții cognitive.***

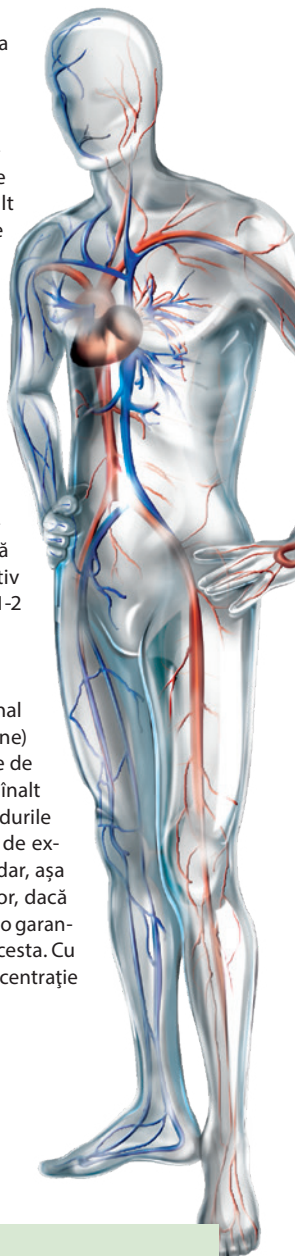
### **Doza zilnică recomandată**

1 tabletă pe zi, după masa principală, cu apă. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produsul nu conține gluten. Este indicat vegetarianilor.

### **Produsul este disponibil sub forma:**

Bio-Biloba™

30 tablete filmate





## Bio-Calcium + D<sub>3</sub> + K<sub>1</sub> + K<sub>2</sub> Pentru oase și dinți puternici

### Ce sunt calciul, vitamina D<sub>3</sub>, vitamina K<sub>1</sub> și vitamina K<sub>2</sub>?

Calciul este unul dintre mineralele cele mai abundente în organismul uman. Împreună cu vitamina D<sub>3</sub> și cu celelalte ingrediente din Bio-Calcium + D<sub>3</sub> + K<sub>1</sub> + K<sub>2</sub>, calciul contribuie la menținerea normală a oaselor și dinților la adulți, precum și la creșterea normală a oaselor la copii. Vitamina K contribuie, de asemenea, la menținerea sănătății oaselor. Laptele și alte produse lactate sunt în mod tradițional promovate ca surse ideale de calciu, dar puteți beneficia de cantități mari de calciu consumând legume bogate în acest mineral. Pentru a beneficia de vitamina D este nevoie să creșteți perioada de timp cât vă expuneți la soare (vitamina D este sintetizată în piele ca urmare a expunerii la razele UV) ori să consumați alimente cu o concentrație mare de vitamina D, de exemplu pește gras.

### De ce ar trebui să luați Bio-Calcium + D<sub>3</sub> + K<sub>1</sub> + K<sub>2</sub>?

Este vital să primiți suficient calciu, vitamina D, vitamina K<sub>1</sub> și K<sub>2</sub> în perioada în care oasele se dezvoltă, până când acestea ating punctul maxim de dezvoltare (aproximativ la vârsta de 35 de ani). Din acest punct, cantitatea de calciu pierdută din țesutul osos depășește cantitatea depozitată, ducând la o scădere netă a masei osoase (aproximativ 0,6% anual). Deși este o pierdere lentă și treptată, este bine să aveți un nivel optim al masei osoase la debutul vârstei la care începe pierderea acesteia. Mai mult, la începutul menopauzei, femeile suferă o pierdere suplimentară a masei osoase (care este reglată hormonal) ajungând să piardă anual 1% din aceasta (sau 10% în zece ani).

### De ce această combinație de nutrienți?

Calciul și vitamina D contribuie amândouă la menținerea sănătății oaselor și dinților. Vitamina K este și ea importantă pentru menținerea sănătății oaselor. Vitamina D sprijină organismul în absorbția și utilizarea calciului și fosforului pentru menținerea unui nivel normal al calciului în sânge. Pentru creșterea nivelului vitaminei D în sânge, s-a determinat eficiența vitaminei D<sub>3</sub>, care este cu aproximativ 56-87% mai mare comparativ cu cea a vitaminei D<sub>2</sub>.

## Care este diferența dintre vitamina K<sub>1</sub> și vitamina K<sub>2</sub>?

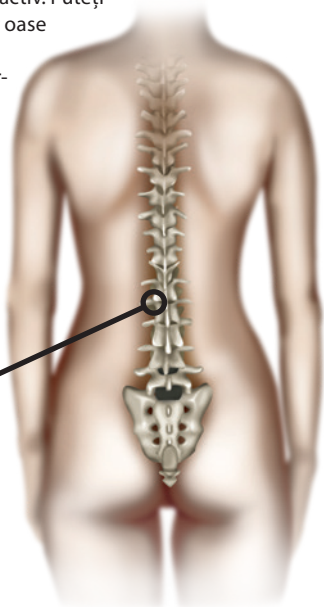
Organismul are nevoie atât de vitamina K<sub>1</sub>, cât și de vitamina K<sub>2</sub>. Vitamina K<sub>1</sub> se găsește în diverse alimente vegetale. Cele mai bune surse ale acestei vitamine sunt legumele verzi, ceea ce este perfect explicabil, deoarece plantele au nevoie de vitamina K<sub>1</sub> pentru a realiza procesul de fotosinteză. Vitamina K<sub>2</sub> este sintetizată în intestinul uman cu sprijinul anumitor bacterii și microorganisme.

## Cum este păstrată vitamina K<sub>2</sub> activă în tabletă?

Una din cele mai mari provocări, determinată de adăugarea vitaminei K<sub>2</sub> în tabletă, este prevenirea pierderii acestui nutrient. Producerea tabletei implică aplicarea unei anumite presiuni care generează căldură, iar acest lucru poate distruge cu ușurință conținutul de vitamina K<sub>2</sub> al tabletei. Pentru a evita acest lucru, Pharma Nord folosește o tehnică specială, numită micro-încapsulare, prin care vitamina K<sub>2</sub> este sigilată în interiorul tabletei și astfel este protejată împotriva căldurii. Controale realizate pe diverse eșantioane în laboratoarele Pharma Nord au evidențiat că în fiecare tabletă a produsului finit, conținutul de vitamina K<sub>2</sub> este identic cu cel înscris pe cutie.

## Oase puternice pentru o viață activă

Oasele puternice sunt importante pentru a ne bucura de un stil de viață activ. Puteți contribui la menținerea unor oase puternice și rezistente prin exerciții fizice regulate – exerciții care implică un anumit nivel de impact, ca de exemplu alergarea.



*Calciul, vitamina D și vitamina K sprijină menținerea unor oase sănătoase.*

### Doza zilnică recomandată

2 tablete pe zi sau după recomandarea medicului. A nu se lua după masă. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului.

### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Calcium+D<sub>3</sub>+K<sub>1</sub>+K<sub>2</sub>

30 tablete filmate





## Bio-Caroten + E™ Pentru întreținerea pielii

### Ce este Bio-Caroten+E?

Bio-Caroten+E este un supliment care contribuie la întreținerea pielii dumneavoastră. Fiecare capsulă furnizează beta-caroten și vitamina E (d-alfa-tocoferol), ambii nutrienți având roluri importante. Beta-carotenul este precursorul natural al vitaminei A (retinol), un nutrient care ajută la menținerea normalității pielii și a membranelor mucoase, în timp ce vitamina E contribuie la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ.

### De ce ar trebui să luați Bio-Caroten+E?

Puteți face multe lucruri pentru a vă îngriji pielea. O puteți proteja împotriva deteriorării cauzate de factorii externi, care se știe că grăbesc îmbătrânirea pielii, cum ar fi chimicalele, condițiile aspre ale vremii și expunerea excesivă la soare.

Aplicarea zilnică a cremelor hidratante și a altor tipuri de produse cu aplicații locale vă ajută să vă întrețineți pielea, pe care o puteți revigora și susține și din interior prin suplimentarea cu nutrienți. Beta carotenul este transformat în vitamina A (retinol), a cărei acțiune de protecție împotriva distrugerilor provocate de razele UV este documentată. Aceasta ajută la menținerea normalității pielii și a membranelor mucoase. Este important să consumați alimente ce conțin suficientă vitamina A, dar, utilizând Bio-Caroten+E, vă puteți acoperi necesarul zilnic din acest nutrient.

### Doza zilnică recomandată

1 capsulă pe zi, după masa principală, cu apă. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului.

Contraindicat persoanelor alergice la soia.

### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Caroten + E™

60 capsule moi





## Bio-Multivitamine™ Pentru un sistem imunitar care funcționează corect

### Ce este Bio-Multivitamine?

Bio-Multivitamine este un supliment nutritiv cu spectru larg, de înaltă calitate, fabricat în conformitate cu standardele farmaceutice. Bio-Multivitamine conține 12 vitamine primare și 6 minerale, inclusiv preparatul patentat de seleniu SelenoPrecise® și alți antioxidanți importanți. Un singur comprimat oferă o doză mare din cele mai importante vitamine și minerale, inclusiv grupul de vitamine B. Vitamina C, vitamina B12, vitamina B6, vitamina A, vitamina D, acidul folic, zincul, seleniul și cuprul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar.

Bio-Multivitamine nu conține fier. Acest lucru se datorează faptului că nu toată lumea are nevoie de suplimente de fier. Persoanele care au nevoie de fier suplimentar pot lua cu ușurință un supliment separat de fier legat organic.

### Doza zilnică recomandată

1 tabletă pe zi, dacă nu se recomandă altfel.

Nu depășiți doza zilnică recomandată.

Nu mestecați tableta, ci înghițiți-o întregă, de preferință în timpul mesei sau după masă.

Un stil de viață sănătos și o dietă variată echilibrată sunt importante pentru menținerea sănătății.

Contraindicat persoanelor alergice la soia.

### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Multivitamine

60 tablete



## Bio-Chrom® Controlul glicemiei

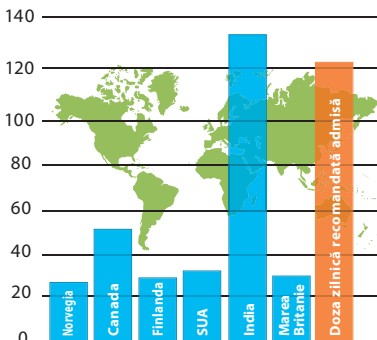
### Ce este cromul?

Cromul este un așa-zis element esențial, un nutrient care este necesar într-o cantitate extrem de mică (de aici și termenul esențial) pentru a asigura desfășurarea normală a anumitor funcții biologice. Una dintre acestea este menținerea unui nivel stabil al zahărului în sânge. Concentrația zahărului în sânge (glicemia) crește în mod normal după ingestia alimentelor și este de preferat ca aceasta să nu crească prea repede sau prea mult. Glucoza este scoasă din sânge și transportată în celule, unde este transformată în energie, dacă metabolismul glucidic funcționează la parametri optimi. Cromul sprijină tocmai această funcție.

### De ce ar trebui să luați Bio-Chrom?

La anumite persoane, clearance-ul la glucoză nu funcționează corect, deseori ducând la simptome ca: oboseală, tremurături și iritabilitate. Acestea apar deoarece la nivelul celulelor ajunge o cantitate insuficientă de zahăr. Gustările sau dulciurile pot oferi o rezolvare

Ingestia zilnică în µg



*Ingestia medie de crom în majoritatea țărilor, în afară de India, este sub doza zilnică recomandată la nivel internațional. Mirodeniile sunt o sursă bogată de crom și așa se poate explica de ce oamenii din India ingeră, în general, o cantitate mai mare din acest nutrient.*

temporară, ca urmare a "aportului de zahăr". Acestea cresc glicemia și oferă energie pentru moment, dar efectul dispare rapid, lăsându-ne în aceeași stare ca înainte de gustare. Pe termen lung, avem nevoie de mai multe astfel de remedii rapide, dar aceste gustări pot avea un efect negativ asupra greutateii corporale. Cu un produs ca Bio-Chrom, puteți să vă ajutați organismul să-și mențină un nivel normal al glicemiei și să preveniți apariția acestor situații. Mai mult, cromul contribuie la un metabolism normal al macronutrienților și este un factor-cheie în metabolizarea zahărului și a grăsimii în organism.

### Ce este FTG?

Un alt element important pentru metabolismul glucozei este Factorul de Toleranță la Glucoză (FTG). FTG este un aminoacid complex, compus din două molecule de niacină (vitamina B<sub>3</sub>), trei aminoacizi, zinc și magneziu și se formează atunci când cromul interacționează cu drojdia. Acest complex molecular este implicat în procesele biochimice responsabile de reglarea metabolismului carbohidraților și a glicemiei.

### Ce este ChromoPrecise®?

Efectele unui supliment cu crom sunt determinate de cât de eficient este absorbit nutrientul în organism. Bio-Chrom este creat folosind o sursă organică numită ChromoPrecise®, care este o drojdie naturală de crom realizată special pentru a oferi o biodisponibilitate optimă. Conform EFSA (European Food Safety Authority), drojdia naturală cu crom organic din ChromoPrecise® este absorbită de 10 ori mai bine decât cromul produs sintetic, cum ar fi clorura de crom sau picolinat de crom. ChromoPrecise® este singura drojdie organică cu crom din Uniunea Europeană aprobată pentru a fi folosită în controlul glicemiei. Această sursă specială de crom este produsă în conformitate cu cel mai rigid set de reguli de control (standardul GMP folosit în mod normal pentru fabricarea produselor farmaceutice) pentru a se asigura siguranța produsului și o calitate excelentă a acestuia, ambele caracteristici fiind susținute de o documentație completă. Fiecare tabletă de Bio-Chrom oferă 100 de micrograme de crom de calitate superioară și cu o biodisponibilitate ridicată.

*Bio-Chrom este fabricat cu o sursă organică numită ChromoPrecise, care este singura drojdie cu crom organic din Uniunea Europeană, aprobată pentru a fi folosită în controlul glicemiei. ChromoPrecise® este dezvoltată special pentru a oferi o biodisponibilitate optimă.*



#### Doza zilnică recomandată

1 tabletă pe zi sau după recomandarea medicului, cu un pahar cu apă, de preferință în timpul mesei. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produsul nu conține gluten.

#### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Chrom®	30 tablete filmate
Bio-Chrom®	60 tablete filmate



## BioActive® Omega 7 Pentru piele uscată și mucoase

### Ce este omega 7?

Preparatul nostru Omega 7 conține extract de cătină, care este una dintre cele mai bogate surse ale naturii din acest acid gras special. Pe măsură ce înaintăm în vârstă, capacitatea noastră de a produce omega-7 scade și poate fi benefică suplimentarea cu acest acid gras. Pe lângă omega-7, preparatul nostru vă furnizează omega-3 și omega-6, care sunt prezente și în cătină.

Fruitele sunt bogate în diferiți compuși vegetali și vitamina A, care contribuie la menținerea pielii normale și a membranelor mucoase normale.

### De ce să luați Omega 7?

Odată cu înaintarea în vârstă, mulți oameni încep să aibă probleme precum uscarea mucoaselor la nivelul ochilor, gurii sau zonei intime. Unii oameni se confruntă cu uscăciunea ochilor în urma petrecerii a prea mult timp privind ecranul computerului. Uscăciunea bucală poate fi cauzată de o serie de factori. Femeile aflate la menopauză suferă de obicei de uscăciune intimă. Membranele noastre mucoase servesc ca o barieră sau acoperire externă. Pe lângă faptul că sunt importante pentru bunăstarea noastră, pielea și mucoasele noastre au proprietăți de protecție mai bune atunci când sunt bine hidratate și hrănite cu toți nutrienții de care au nevoie pentru a funcționa bine.

#### Doza zilnică recomandată

Primele două săptămâni: 2 capsule de două ori pe zi (4 capsule pe zi). Apoi: 1 capsulă de două ori pe zi (2 capsule pe zi).

Nu depășiți doza zilnică recomandată.

Omega 7 este potrivit pentru vegani și vegetarieni.

#### Produsul este disponibil sub forma:

BioActive® Omega 7

60 capsule



## BioActive® Red Yeast Rice Extract pur standardizat de drojdie de orez roșu

### Ce este drojdia de orez roșu?

Drojdia de orez roșu este un orez fermentat, purpuriu roșcat, a cărui culoare se datorează faptului că este cultivat pe drojdia *Monascus purpureus*. Drojdia de orez roșu conține o varietate de substanțe numite monacoline, fiecare identificată cu propria literă. În plus, drojdia de orez roșu conține o serie de acizi grași nesaturați și fitosteroli.

În Asia, drojdia de orez roșu este folosită la gătit pentru aromă și conservare, iar în China are o istorie de utilizare de mii de ani.

BioActive Red Yeast Rice sunt comprimate, fiecare conținând 88,3 mg pulbere cu drojdie de orez roșu. BioActive Red Yeast Rice este verificat pentru substanțe poluante, cum ar fi citrinin, aflatoxina, dioxine și metale grele.

### Pulberea cu drojdie de orez roșu este bine tolerată

Studiile au arătat că produsele cu drojdie de orez roșu sunt, în general, bine tolerate, dar conținutul de monacolina K din produsele cu drojdie de orez roșu poate varia considerabil. Unele produse conțin foarte puțin sau deloc monacolina K. Prin urmare, este important să alegeți produse cu o cantitate declarată de monacolină.

#### Doza zilnică recomandată

1 tabletă pe zi sau după sfatul specialistului în domeniul sănătății  
A nu se depăși doza recomandată pentru consumul zilnic. A se administra împreună cu alimentele.

#### Produsul este disponibil sub forma:

BioActive® Red Yeast Rice

60 tablete filmate



## D-Pearls® Bio-Vitamină D<sub>3</sub> și Bio-Vitamină D<sub>3</sub> D-Pearls® Bune pentru oase și dinți

### Ce este vitamina D?

Vitamina D este o vitamină liposolubilă, care se găsește în anumite tipuri de alimente (mai ales în peștele gras). Putem sintetiza vitamina D în piele după expunerea adecvată la soare (expunerea la UV). Cercetătorii au asociat vitamina D cu o serie de funcții importante în organism. Cele două forme principale de vitamina D sunt vitamina D2 (ergocalciferol) și vitamina D3 (colecalfiferol), cea din urmă fiind forma biologic-activă de vitamina D, care se găsește în D-Pearls Bio-Vitamină D3 și Bio-Vitamină D3 D-Pearls.

### De ce ar trebui să luați

#### D-Pearls Bio-Vitamină D și Bio-Vitamină D3 D-Pearls?

D-Pearls sunt capsule mici gelatinoase ce conțin 20 de micrograme, respectiv 75 de micrograme de vitamina D3, dizolvată în ulei de măsline de înaltă calitate, presat la rece. Dacă faceți parte din grupul de risc al persoanelor cu niveluri scăzute ale acestui nutrient, suplimentarea cu D-Pearls este o modalitate potrivită și sigură de a acoperi necesarul de vitamină D din organism. Acest lucru este relevant dacă:

- **sunteți o persoană în vârstă**
- **petreceți mult timp în spații închise**
- **trăiți la latitudini nordice unde nu este foarte multă lumină de la soare**
- **măncați o cantitate mică sau insuficientă de pește gras sau**

*Copiii, persoanele în vârstă, persoanele cu pielea închisă la culoare sau persoanele care petrec majoritatea timpului în spații închise sunt câteva din grupurile de persoane care ar trebui să-și asigure suplimentarea cu vitamina D<sub>3</sub>.*



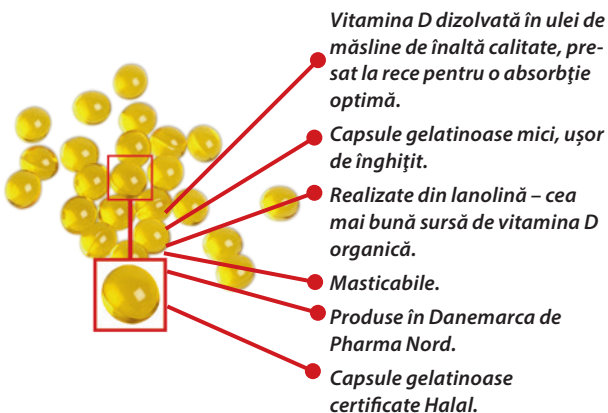
### alte surse bogate de vitamina D

- **aveți o piele închisă la culoare (melanina reduce capacitatea pielii de a sintetiza vitamina D la expunerea la soare)**
- **purtați haine lungi sau vă acoperiți capul, limitând astfel expunerea la soare**
- **aveți o dietă vegană strictă**
- **aveți un IMC (Indice de Masă Corporală) mai mare de 30– celulele adipoase cresc cantitatea de vitamina D extrasă din sânge**

Vitamina D este importantă, deoarece contribuie la o funcționare normală a sistemului imunitar și la menținerea sănătății oaselor și dinților. Pe lângă acestea, Vitamina D are rol și în susținerea funcționării normale a mușchilor, în menținerea unui nivel normal al calciului și a unei absorbții normale a calciului și fosforului. Vitamina D are rol în diviziunea și în specializarea celulară.

### O formulă îmbunătățită

Vitamina D este liposolubilă și, de aceea, are nevoie de prezența grăsimii în dietă pentru a fi eficient absorbită. În D-Pearls, vitamina D3 este dizolvată în ulei de măsline de înaltă calitate pentru a se îmbunătăți absorbția în sistemul digestiv. D-Pearls a fost testat pe un grup de sportivi de la Universitatea din Oslo. Acest studiu a evidențiat că produsul este absorbit în mod eficient în organism. Capsulele de D-Pearls, comparativ cu alte preparate cu vitamina D, au forma unor mici perle gelatinoase care sunt ușor de înghițit.



### Doza zilnică recomandată

1 capsulă pe zi sau după recomandarea medicului. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produsul nu conține gluten.

### Produsul este disponibil sub forma:

D-Pearls® Bio-Vitamina D<sub>3</sub> 20 μg

80 capsule moi

Bio-Vitamina D3 D-Pearls® 75μg

80 capsule moi





## Bio-Fiber™ Bun pentru stomac

### Ce sunt fibrele?

Fibrele sunt o parte importantă a alimentației noastre, îmbunătățind digestia. Bio-Fiber conține fibre din sfeclă de zahăr care măresc volumul bolului fecal, sprijinind astfel mișcările intestinale regulate și ajutând la menținerea unei bune digestii. Bio-Fiber conține pectine de înaltă calitate din coajă de lămâie. O tabletă conține aproximativ 460 mg de fibre alimentare, aceeași cantitate de fibre pe care ați obține-o dintr-o felie de pâine albă.

### De ce ar trebui să luați Bio-Fiber?

Bio-Fiber oferă un amestec de fibre alimentare din coajă de lămâie și sfeclă de zahăr, care compensează conținutul relativ scăzut în fibre al alimentației moderne. Produsul conține aproximativ 70% fibre alimentare de origine solubilă și insolubilă.

O digestie optimă reduce timpul de tranzit al substanțelor nocive care, în cazul unei expuneri prelungite, ar putea cauza iritații ale peretelui intestinal.

### Cum acționează fibrele?

Există mai multe tipuri de fibre: o parte sunt solubile, în timp ce altele sunt insolubile. Fibrele insolubile tind să absoarbă lichidele și să-și mărească volumul, producând efectul de "umflare". Acestea ajută la eliminarea resturilor din intestin și asigură funcționarea sistemului digestiv. Bio-Fiber combină tot ce este mai bun din cele două tipuri de fibre într-o tabletă.

#### Doza zilnică recomandată

4-12 tablete pe zi, în funcție de aportul de fibre din alimentația cotidiană. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului.

Produsul nu conține gluten.

#### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Fiber™

60 tablete filmate



## Bio-Vitamina C™ Bună pentru sistemul imunitar și nervos

### Ce este vitamina C?

Vitamina C este un nutrient important. În timp ce diferitele mamifere sunt capabile să o producă în organism, oamenii au nevoie de ea din surse externe, cum ar fi alimente sau suplimente. Vitamina C este unul dintre cei mai instabili nutrienți și este ușor distrusă în timpul gătitului sau procesării.

### De ce ar trebui să luați Bio-Vitamina C?

Bio-Vitamina C de la Pharma Nord poate ajuta la menținerea pielii sănătoase, precum și la buna funcționare a sistemului imunitar. În plus, vitamina C contribuie la formarea colagenului și susține buna funcționare a tendoanelor, cartilajelor, dinților, gingiilor, oaselor, ligamentelor și vaselor de sânge. Bio-Vitamina C conține ascorbat de calciu, nu sursă acidă de vitamina C. Este blând cu mucoasa gastrică și nu provoacă iritații, chiar și atunci când este consumată o perioadă lungă de timp.

Fiecare tabletă conține 750 mg de vitamina C biodisponibilă.

#### Doza zilnică recomandată

1 tabletă pe zi. Dacă aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului dumneavoastră sau farmacistului.

#### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Vitamina C™

60 tablete



## Bio-Glucosamin Plus™ Bun pentru cartilaje și oase

### Ce este glucozamina?

Glucozamina este o substanță naturală care se găsește în cartilajul articular. Glucozamina din suplimente este extrasă din carapacea de crustacee (creveți). Deoarece nu există surse alimentare de glucozamină, pentru a crește nivelurile tisulare ale acestei substanțe, cea mai bună soluție este suplimentarea. Condroitina, o altă substanță naturală a țesutului articular, este rar folosită în suplimente din cauza costului său relativ ridicat. Sursa de condroitină folosită în Bio-Glucosamin Plus nu este de origine bovină și, deci, nu există riscul de contaminare cu Encefalopatia spongiformă bovină (ESB).



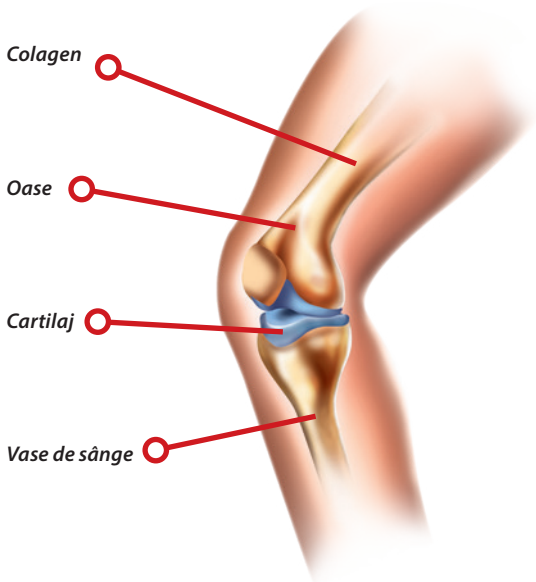
*Bio-Glucosamin Plus conține vitamina C, un nutrient care are rol în sinteza de collagen a organismului. Collagenul asigură elasticitatea și rezistența la întindere, oferind susținere, așa cum este cazul collagenului din cartilaje.*

## De ce ar trebui să folosești Bio-Glucosamin Plus?

Bio-Glucosamin Plus conține glucozamină sub formă de sulfat de glucozamină. În afară de glucozamină și condroitină, Bio-Glucosamin Plus conține vitamina C, un nutrient care joacă un rol important în sinteza de colagen din organism. Colagenul este o proteină legată încrucișat în țesuturile umane. Așa cum ochiurile din plasa metalică întăresc construcțiile, colagenul asigură elasticitatea și rezistența la întindere a țesuturilor și a pielii, oferind susținere, așa cum este cazul colagenului din cartilaje.

## Ajută la menținerea sănătății articulațiilor

Colagenul este important pentru construcția și menținerea tuturor țesuturilor de legătură ale organismului, inclusiv tendoane, ligamente, cartilaje, oase, piele, etc. Bio-Glucosamin Plus, administrat oral, difuzează rapid în majoritatea țesuturilor și organelor și are o afinitate specială pentru cartilaje și oase, unde este reținut. Utilizarea regulată a acestui supliment, în special de către persoanele vârstnice, este o metodă sigură și eficientă pentru menținerea sănătății și bunei-funcționări a cartilajelor.



### Doza zilnică recomandată

3 tablete pe zi în timpul mesei, sau după sfatul medicului. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produsul conține extracte din **crustacee** și din **pește**.

### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Glucosamin Plus™

30 tablete filmate



## Bio-C-Zinc™ Bun pentru sistemul imunitar

### Ce este Bio-C-Zinc?

Bio-C-Zinc se prezintă sub forma unor tablete gustoase, care conțin zinc cu biodisponibilitate ridicată și vitamina C naturală din extract de acerola, ambele legate organic. Atât vitamina C, cât și zincul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar și la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ. Mai mult, vitamina C contribuie la reducerea oboselii și a epuizării.

Tabletele asigură transportul rapid al ingredientelor active la membranele mucoase din cavitatea bucală și din gât. Doze mari de Bio-C-Zinc pot fi utile pe o perioadă scurtă de timp, între 7 și 10 zile.

### De ce ar trebui să luați Bio-C-Zinc?

O bună funcționare a sistemului imunitar este întotdeauna importantă. În funcție de numărul de oameni cu care intrați în contact, sunteți în mod constant expuși la microorganisme contagioase transportate prin aer. Cu vitamina C și zinc, administrate împreună, contribuiți la funcționarea normală a sistemului imunitar



*Vitamina C și zincul  
sprijină sistemul imunitar  
al organismului.*

și la protecția celulelor împotriva stresului oxidativ, acesta fiind cauzat de prea mulți radicali liberi. Radicalii liberi sunt atomi din organism, cu potențial nociv, care au lipsă unul sau mai mulți electroni. Se știe că radicalii liberi deteriorează membranele celulelor și constituenții din interiorul acestora. Anumiți nutrienți, precum vitamina C și zincul, pot sprijini corpul în lupta împotriva stresului oxidativ prin donarea unui electron, pentru neutralizarea radicalilor liberi.

### Activ în membranele mucoase

Avantajul folosirii tabletelor de Bio-C-Zinc este acela că ingredientele active sunt absorbite direct în membranele mucoase. Membrane mucoase se găsesc în toate cavitățile, cum ar fi, de exemplu, nasul și gura. Acestea sunt locurile pe unde intră în organism microorganismele contagioase. Prin crearea de condiții optime pentru membranele mucoase, ne putem proteja mai eficient împotriva acestor microorganisme.

#### Doza zilnică recomandată

1 tabletă/oră, maxim 15 tablete/zi (24 de ore). În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Vitamina C în exces poate avea efect laxativ. Recomandat și vegetarienilor.

#### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-C-Zinc™

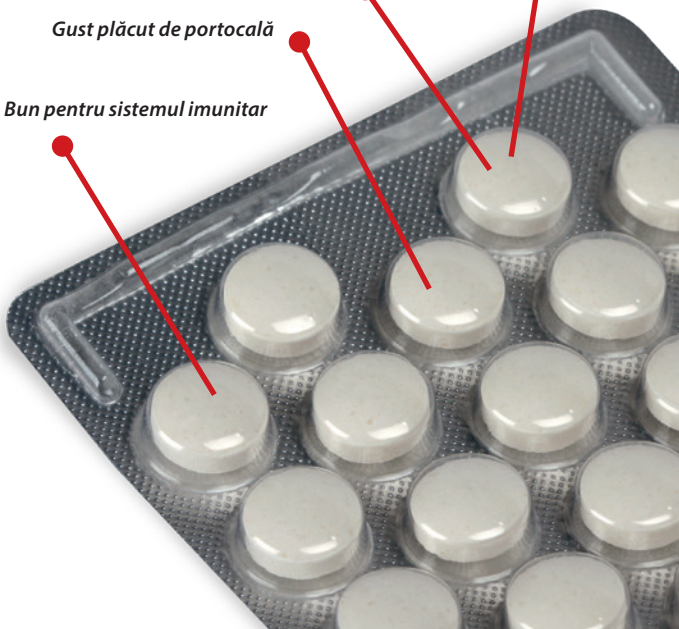
30 tablete

*Tablete împachetate în blistere igienice, pentru a fi protejate împotriva umidității, deteriorării oxidative și murdăriei*

*Tablete care se dizolvă rapid*

*Gust plăcut de portocală*

*Bun pentru sistemul imunitar*





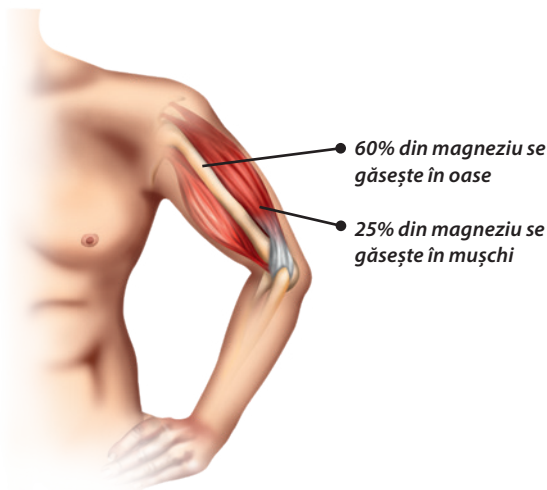
## Bio-Magneziu™ Pentru funcționarea normală a mușchilor

### Ce este magneziul?

Magneziul este un nutrient esențial, dar deseori trecut cu vederea. Este al patrulea cel mai abundent mineral din organism. Magneziul este prezent în toate celulele, 98% din mineral găsimu-se în interiorul celulei. Corpul unui adult conține aproximativ 24 de grame de magneziu. Aproape 25% se găsește în țesutul muscular și aproximativ 60% în oase, împreună cu alte minerale, precum calciul și fosforul. Magneziul joacă un rol vital în funcționarea normală a mușchilor, a sistemului nervos și a funcțiilor fiziologice.

### De ce ar trebui să luați Bio-Magneziu?

În alimentația noastră, surse de magneziu sunt, de exemplu, legumele, nucile și semințele. Persoanele care nu includ în mod regulat acest tip de alimente în dietă pot beneficia de pe urma administrării de Bio-Magneziu. Bio-Magneziu are o biodisponibilitate ridicată, având în compoziție trei săruri de magneziu selectate, combinate astfel încât să permită dizolvarea completă în apă a tabletei într-un





minut sau două. Fiecare tabletă de Bio-Magneziu conține 200mg de magneziu. Chiar și persoanele care au aciditate gastrică redusă pot să absoarbă conținutul de magneziu, deoarece o mare parte din tabletă se transformă, în prezența apei, într-o formă ionizată. De aceea, doar o mică parte din tableta de magneziu are nevoie de acidul gastric pentru a se ioniza.

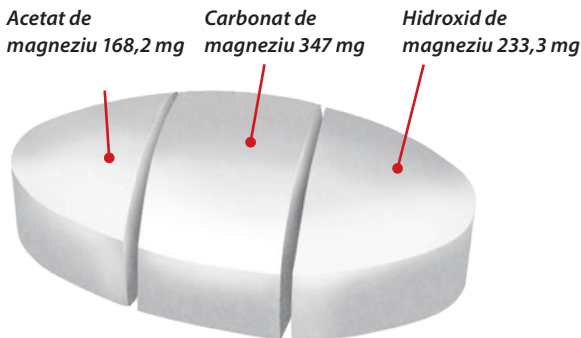
### Cum acționează magneziul?

Magneziul este un mineral, cu multe roluri importante în organism, fiind implicat în mai mult de 300 de reacții metabolice controlate de enzime. Magneziul contribuie la menținerea sănătății sistemului osos și a dinților, la funcționarea normală a sistemului nervos, a sistemului muscular, la metabolismul energetic normal și la menținerea sănătății psihice.

### Factori care scad conținutul de magneziu

Anumite persoane pot avea o ingestie insuficientă de magneziu dacă consumă prea multe alimente procesate și/sau au o alimentație nesănătoasă sau au, în general, un stil de viață nesănătos. Nivelul de magneziu este diminuat și de:

- **consumul de alcool**
- **exercițiile fizice intense**
- **stres**



*Deoarece conține trei surse diferite de magneziu, Bio-Magneziu are o foarte bună biodisponibilitate.*

#### **Doza zilnică recomandată**

1 tabletă pe zi, după masă, sau după recomandarea medicului. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Indicat și vegetarienilor.

#### **Produsul este disponibil sub forma:**

Bio-Magneziu™	30 tablete filmate
Bio-Magneziu™	60 tablete filmate
Bio-Magneziu™	120 tablete filmate



## BioActive® Omega 3 Pentru inimă, creier și ochi

### Ce este BioActive Omega 3

Acizii grași omega-3 sunt un grup de acizi grași esențiali, polinesaturați, care se găsesc cu precădere în uleiul de pește obținut din hering, somon și macrou. Cei mai importanți acizi grași omega-3 sunt acidul eicosapentaenoic (EPA) și acidul docosahexaenoic (DHA).

### De ce ar trebui să utilizați BioActive Omega 3?

Dacă nu mâncați pește, ar putea constitui un avantaj să folosiți BioActive Omega 3, pentru a beneficia de un aport suficient de acizi grași omega-3. BioActive Omega 3 are un rol important în menținerea sănătății, acizii grași omega-3 contribuind la o funcționare normală a inimii\* și creierului\*\* și la menținerea unei vederi\*\* normale. BioActive Omega 3 este ambalat în blistere igienice, care prelungesc timpul de viață al capsulei.

\* *min. 250 mg EPA/DHA/zi* / \*\* *min. 250 mg DHA/zi*

BioActive Omega 3 este fabricat din pește întreg, cu excepția fileurilor, care sunt folosite pentru consumul uman. Așadar, peștele nu este capturat doar pentru producerea BioActive Omega 3.

### Absorbție mai rapidă

BioActive Omega 3 este o combinație de uleiuri de pește cu un conținut maxim de acizi grași esențiali omega-3, DHA (acid docosahexaenoic) și EPA (acid eicosapentaenoic).

În BioActive Omega 3 conținutul acestor acizi grași vitali este de cel puțin 70%. Majoritatea suplimentelor cu ulei de pește conțin acizi grași omega-3 sub formă de trigliceride. Acestea, înainte de a fi absorbite, trebuie digerate de către o enzimă digestivă numită lipază. Acizii grași omega-3 din BioActive Omega 3 sunt sub formă de

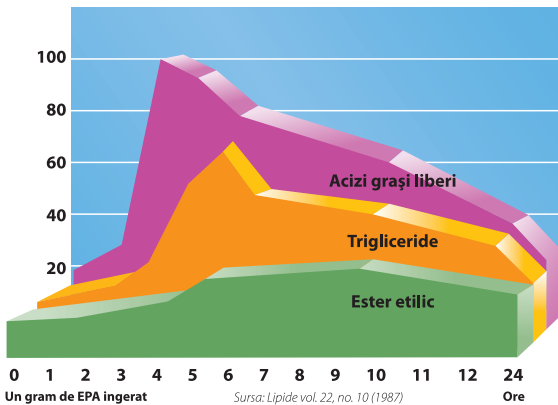


acizi grași liberi ce se absorb direct. BioActive Omega 3 este absorbit de 1,6 ori mai bine decât uleiul de pește pe bază de trigliceride și de 5 ori mai bine decât uleiul de pește sub formă esterificată. Și persoanele care au o capacitate scăzută de absorbție a grăsimilor pot utiliza BioActive Omega 3.

### Pur, proaspăt și curat

BioActive Omega 3 este produs din pești care trăiesc la mare adâncime și care sunt selectați cu atenție pentru a nu fi contaminați cu poluanți. BioActive Omega 3 întrunește toate cerințele Uniunii Europene referitoare la regulile specifice de igienă, inclusiv faptul că este potrivit pentru consumul uman și că respectă standardele cerute de GOED (Organizația Globală pentru EPA și DHA). BioActive Omega 3 este controlat cu privire la gradul de prospețime a uleiului conform valorilor de standard internaționale TOTOX. Prin aceasta se testează râncezirea uleiului, iar metoda de calcul se bazează pe valoarea peroxidului și a anisidinei în ulei. Pentru beneficii suplimentare pentru sănătate, uleiului de pește i-au fost adăugate vitamina B12 și acidul folic. Atât vitamina B12, cât și acidul folic contribuie la metabolismul normal al homocisteinei, la menținerea sănătății psihice și la reducerea oboselii și extenuării.

### Acizi grași biodisponibili



*BioActive Omega 3 conține Acizi Grași Liberi care se absorb direct, fără a avea nevoie de procesare prin digestie, cum se întâmplă în cazul trigliceridelor și etilesterilor.*

#### Doza zilnică recomandată

2 capsule pe zi sau la recomandarea consultantului de specialitate. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Conține ulei de **pește**.

#### Produsul este disponibil sub forma:

BioActive Omega 3

60 capsule moi



## Bio-Seleniu™ Pentru sistemul imunitar și metabolism

### Ce este seleniul?

Seleniul este un element esențial care sprijină activitatea mai multor selenoproteine și enzime dependente de seleniu, care au un rol important în procesele vitale ale organismului. Una dintre aceste enzime este glutatión peroxidaza (Gsh-Px), care, împreună cu alți antioxidanți, contribuie la protejarea celulelor organismului împotriva stresului oxidativ produs de radicalii liberi. Prin sprijinirea acestor proteine dependente de seleniu (selenoproteine), seleniul contribuie la funcționarea normală a sistemului imunitar, a glandei tiroide, la spermatogeneza normală, la sănătatea părului și a unghiilor, precum și la alte funcții biologice.

### De ce să administrați Bio-Seleniu?

SelenoPrecise este o drojdie cu seleniu, patentată\*, produsă de Pharma Nord, care conține L-selenometionină și peste 30 de alți compuși organici cu seleniu. Această drojdie este unică, prin faptul că prezintă documentație pentru calitatea sa, precum și un nivel foarte ridicat de biodisponibilitate. 88,7% din conținutul de seleniu din Bio-Seleniu este absorbit în organism. Bio-Seleniu este produs în Danemarca la fabrica Pharma Nord și are eficiența documentată de mai mult de 40 de studii științifice publicate. 15 laboratoare din 12 țări au măsurat nivelul de L-selenometionină din tabletă și au concluzionat că acesta este de 67%. L-selenometionina este o formă de seleniu organic foarte bine documentată și este considerată una dintre cele mai sigure surse de seleniu disponibile, având totodată cea mai mică toxicitate.

SelenoPrecise este cea mai bine documentată sursă de seleniu de pe piață. Documentarea, calitatea și stabilitatea ei sunt motivul pentru care oamenii de știință au ales să folosească SelenoPrecise în diverse studii științifice și activități de cercetare la nivel mondial.

\*EP Patent No. 1 478 732 B1

## Glanda tiroidă

Glanda tiroidă joacă un rol esențial în majoritatea proceselor metabolice din organism. O funcționare defectuoasă a acestei glande poate duce la dereglări ale metabolismului, poate declanșa fluctuații ale temperaturii corpului și ale greutății corporale, poate afecta creșterea părului și a unghiilor, precum și alte funcții biologice.

Multe persoane sunt afectate de aceste probleme, dar nu fac legătura dintre ele și un dezechilibru în activitatea glandei tiroide. Putem sprijini activitatea glandei tiroide dacă administrăm un supliment alimentar cu seleniu în fiecare zi.

## Standardul "gold" pentru oamenii de știință

SelenoPrecise a obținut standardul "gold" în rândul oamenilor de știință de pe întreg mapamondul, datorită calității ei bine-documentate, a biodisponibilității ridicate și a siguranței în folosire. SelenoPrecise a fost folosit de oamenii de știință suedezi în studiul KiSel-10, studiu publicat în International Journal of Cardiology, tocmai datorită acestei documentații asupra calității produsului.

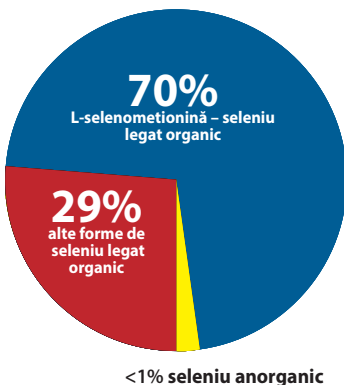
*Drojdie cu seleniu produsă în Danemarca, patentată de The European Patent Office.*

*70% L-selenometionină – seleniu legat organic*

*29% alte forme de seleniu legat organic*

*<1% seleniu anorganic*

*SelenoPrecise conține peste 30 de compuși de seleniu legați organic.*



### Doza zilnică recomandată

1-2 tablete pe zi sau la recomandarea consultantului de specialitate. A se lua cu un pahar cu apă, de preferință în timpul mesei. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produsul nu conține gluten.

### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Seleniu™	30 tablete filmate
Bio-Seleniu™	60 tablete filmate
Bio-Seleniu™	120 tablete filmate



## Super Bio-Quinonă Q10®/ BioActive® Q10 Gold Energie cu coenzima Q10 folosită în studiile KiSel-10 și Q-Symbio

### Ce sunt coenzima Q10 și vitamina B<sub>2</sub>?

Coenzima Q10 este o substanță asemănătoare vitaminelor, pe care o putem asimila din anumite alimente cum ar fi: carnea de vită, carnea de porc, soia, broccoli și sardine. Dar și organismul nostru poate sintetiza coenzima Q10, iar acest proces are loc în ficat. Însă, pe măsură ce înaintăm în vârstă, producția de Q10 începe să scadă. Experții consideră că această producție atinge valorile maxime la vârsta de 20-25 de ani, după care începe să scadă. Se estimează că, prin intermediul alimentelor, organismul primește zilnic 5-20 mg de Q10. Rezerva de Q10 a corpului este de aproximativ 1-1,5 g. Cea mai mare concentrație de coenzima Q10 se găsește în inimă, ficat și rinichi. Super Bio-Quinonă Q10 și BioActive Q10 GOLD conțin vitamina B2 (riboflavină), care se transformă în organism în flavoproteine cu rol important în procesul de producție a energiei. Producția de energie are loc în mitocondrii, unde se găsește și coenzima Q10. Vitamina B2 contribuie la metabolismul energetic, precum și la protejarea celulelor împotriva stresului oxidativ.

### Cum se obține energia?

Energia corpului este produsă în mitocondriile aflate în celule. Mitocondriile sunt structuri de forma boabelor de fasole, situate în interiorul celulelor. Ele mai sunt numite și "centralele energetice" ale celulelor. Coenzima Q10 se găsește în interiorul miocondriilor. Cu cât nevoia de energie a unei celule este mai mare, cu atât este mai ridicat numărul de mitocondrii din celula respectivă. Un număr mai mare de mitocondrii se găsește mai ales în celulele musculare și spermatic.

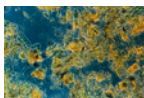
### De ce ar trebui să luați Q10 de la Pharma Nord?

De câteva decenii, produsele cu coenzima Q10 de la Pharma Nord sunt cele mai bine vândute produse cu Q10 la nivel internațional. Unul din principalele motive ale popularității lor este faptul că putem documenta biodisponibilitatea lor ridicată. Q10 este o substanță liposolubilă, care este foarte greu de absorbit de către organism,

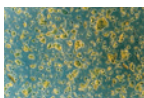
deoarece moleculele sale se strâng în grămezi și formează structuri cristaline. Printr-un proces de fabricație extrem de specializat, prin care coenzima Q10 este dizolvată într-o soluție vegetală și expusă la un proces special de încălzire (în curs de patentare), Q10 de la Pharma Nord nu mai formează structuri cristaline. Astfel, moleculele de Q10 rămân libere, ceea ce le permite să penetreze membrana intestinală, ajungând apoi în sânge. Datorită absorbției sale superioare, BioActive Q10 Gold de la Pharma Nord este produsul oficial de referință al ICQA (International Coenzyme Q10 Association).

### Documentată în aproape 100 de studii publicate

Produsele cu coenzima Q10 de la Pharma Nord reprezintă cel mai bine documentat brand de Q10 de pe piață, iar aproape 100 de studii publicate le evidențiază calitatea, efectele și siguranța. Unul dintre acestea este Q-Symbio, un studiu inovator publicat în the Journal of the American College of Cardiology, HEART FAILURE. Un alt studiu este KiSel-10, studiu suedez, publicat în the European Journal of Cardiology. Cercetătorii din cadrul acestor studii au decis alegerea coenzimei Q10 de la Pharma Nord deoarece aveau certitudinea că se pot baza pe calitatea și siguranța acesteia.



**1. Cristalele de coenzima Q10 neprocesată, așa cum sunt prezentate aici, nu se pot absorbi eficient.**



**2. Un preparat care conține doar un amestec de cristale de Q10 și ulei are o biodisponibilitate redusă.**



**3. Produsele cu Q10 de la Pharma Nord sunt realizate printr-un proces special de încălzire care transformă structura moleculară a Q10 din cristale brute într-o formă asemănătoare fulgilor de zăpadă.**



**4. La temperatura corpului, cristalele din produsele cu Q10 de la Pharma Nord se dizolvă, formând astfel o soluție omogenă care este absorbită cu ușurință în organism.**

Referință.: Singh RB; Niaz MA; Kumar A; Sindberg CD; Moesgaard S; Littarru GP: Effect on absorption and oxidative stress of different oral Coenzyme Q10 dosages and intake strategy in healthy men.:Biofactors.:25:1-4:219-24.(2005)

#### Doza zilnică recomandată:

1 capsulă pe zi, la nevoie 2-3 capsule/zi, de preferință în timpul mesei, cu apă (în funcție de produs și de recomandările medicului). În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului.

Produsul nu conține gluten. Contraindicat persoanelor alergice la **soia** sau la oricare dintre celelalte ingrediente ale produsului.

#### Produsul este disponibil sub forma:

Super Bio-Quinonă Q10®, 30 mg	30, 60, 90 capsule moi
BioActive® Q10 GOLD, 100mg	30, 60, 90 capsule moi





## Bio-Seleniu + Zinc® Sprijină sistemul imunitar

### Ce este seleniul?

Seleniul este un element esențial care sprijină multe selenoproteine și enzime seleno-dependente importante pentru sănătatea umană. Una dintre acestea este glutatation peroxidaza (Gsh-Px) care, împreună cu alți antioxidanți, protejează celulele corpului de stresul oxidativ produs de radicalii liberi. Astfel, seleniul contribuie la menținerea unui sistem imunitar normal, la buna funcționare a glandei tiroide, a unei fertilități normale, a unui păr sănătos și a unor unghii sănătoase.

### De ce ar trebui să luați Bio-Seleniu + Zinc?

Bio-Seleniu + Zinc conține seleniu, care ajută la menținerea unei funcționări normale a sistemului imunitar și a sistemului reproducător și contribuie la buna funcționare a glandei tiroide. Glanda tiroidă reglează metabolismul celular, care este important pentru menținerea unei greutate corporale normale și a echilibrului hormonal. Bio-Seleniu+Zinc este un antioxidant complex ideal, deoarece conține nu numai seleniu organic pur și zinc, dar și vitaminele C și E, toate contribuind la protejarea celulelor de stresul oxidativ cauzat de radicalii liberi. Mai mult, Bio-Seleniu+Zinc conține vitaminele B<sub>6</sub> și A. Este un fapt cunoscut că solul din anumite părți ale lumii are o concentrație scăzută de seleniu, rezultând astfel o producție agricolă (inclusiv carnea) cu o concentrație redusă de seleniu.

### O sursă superioară de seleniu

Sursa de seleniu din Bio-Seleniu + Zinc este o drojdie de seleniu patentată de Pharma Nord, care conține selenometionină și mai mult de 30 de specii diferite de seleniu organic, pentru reproducerea diverselor tipuri de seleniu care se găsesc într-o alimentație variată. Este documentat faptul că 88,7% din conținutul de seleniu din amestecul SelenoPrecise® este absorbit de organism. Această drojdie folosită pe scară largă are un grad mare de replicare și, de aceea, este ideală pentru folosirea în studiile științifice unde este nevoie să te bazezi pe un efect sigur și omogen.

## Selenoproteinele

Cercetătorii au identificat aproximativ 25-30 de proteine diferite dependente de seleniu (selenoproteine), care au diverse roluri în organism. Aceste proteine au nevoie să fie saturate cu seleniu pentru a funcționa optim. Una dintre cele mai sensibile proteine este selenoproteina-P. Cercetătorii au arătat, într-un studiu publicat, că doar pentru această selenoproteină sunt necesare cel puțin 100 de micrograme de seleniu pe zi pentru a ajunge la punctul de saturație.

## Importanța zincului

Zincul, ca și seleniul, este un element esențial, ceea ce înseamnă că apare în cantități minuscule în alimentație și este necesar în cantități foarte mici pentru sănătatea umană. Cu toate acestea, este important să ingerăm suficient din acest nutrient care, printre altele, contribuie la menținerea normală a părului, pielii, unghiilor, oaselor și vederii.

## Bio-Seleniu+Zinc este bun pentru o serie de funcții:

- **Păr sănătos** <sup>1,4</sup>
- **Unghii sănătoase** <sup>1,4</sup>
- **Sprijină menținerea vederii normale** <sup>1,6</sup>
- **Glandă tiroidă** <sup>4</sup>
- **Sprijină menținerea sănătății pielii** <sup>1,2,6</sup>
- **Reglarea activității hormonale** <sup>3</sup>
- **Sistem imunitar** <sup>1,2,3,4,6</sup>
- **Fertilitate și reproducere** <sup>1</sup>
- **Sprijină procesul de protejare a celulelor împotriva stresului oxidativ** <sup>1,2,4,5</sup>

1: Zinc

2: Vitamina C

3: Vitamina B<sub>6</sub>

4: Seleniu

5: Vitamina E

6: Vitamina A



### Doza zilnică recomandată

1 tabletă pe zi, de preferință în timpul mesei, cu apă. În cazul în care aveți întrebări sau nelămuriri, vă rugăm să vă adresați medicului sau farmacistului. Produsul nu conține gluten.

### Produsul este disponibil sub forma:

Bio-Seleniu + Zinc®	30 tablete filmate
Bio-Seleniu + Zinc®	60 tablete filmate
Bio-Seleniu + Zinc®	120 tablete filmate

### **Îngrijirea articulațiilor, oaselor și mușchilor**

Bio-Calcium+D<sub>3</sub>+K<sub>1</sub>+K<sub>2</sub>  
D-Pearls Bio-Vitamina D<sub>3</sub>  
Bio-Glucosamin Plus  
Bio-Vitamina D3 D-Pearls  
Bio-Magneziu

### **Sistem imunitar și protecție antioxidantă**

D-Pearls Bio-Vitamina D<sub>3</sub>  
Bio-Caroten+E  
Bio-Multivitamine  
Bio-C-Zinc  
Bio-Vitamina C  
Bio-Vitamina D3 D-Pearls  
Bio-Seleniu  
Bio-Seleniu+Zinc  
BioActive Q10 GOLD  
Super Bio-Quinonă Q10

### **Inimă, energie și circulație**

Super Bio-Quinonă Q10  
BioActive Q10 GOLD  
BioActive Omega 3  
Bio-Biloba

### **Managementul greutateii, arderea grăsimilor și stabilizarea glicemiei**

Bio-Fiber  
Bio-Chrom

### **Dinți și gingii**

Bio-Calcium+D<sub>3</sub>+K<sub>1</sub>+K<sub>2</sub>  
D-Pearls Bio-Vitamina D<sub>3</sub>  
Bio-Magneziu  
Bio-Vitamina D3 D-Pearls

### **Piele, păr și unghii**

BioActive Omega 7  
Bio-Caroten+E  
Bio-Seleniu+Zinc  
Bio-Seleniu

### **Produse din plante**

Bio-Biloba

### **Îngrijirea ochilor**

BioActive Omega 7  
Bio-Caroten+E  
BioActive Omega 3

### **Schimbări de fus orar și somn**

Bio-Melatonină

### **Metabolism și digestie**

Bio-Fiber  
Bio-Seleniu  
Bio-Seleniu+Zinc  
Bio-Chrom

### **Fertilitate și sarcină**

Bio-Seleniu+Zinc  
Bio-Seleniu  
Super Bio-Quinonă Q10  
BioActive Q10 GOLD

### **Copii**

D-Pearls Bio-Vitamina D3

### **Colesterol**

Super Bio-Quinonă Q10  
BioActive Q10 GOLD  
BioActive Red Yeast Rice



Scanați acest cod QR și veți avea acces la o gamă largă de informații esențiale despre produsele noastre documentate științific.



## **Pharma Nord**

Strada Balta Albina nr. 4, etaj 2,  
sector 3, 032622, Bucuresti, Tel: 021 316 06 54

Email: [consumator@pharmanord.com](mailto:consumator@pharmanord.com), [www.pharmanord.ro](http://www.pharmanord.ro)  
[facebook.com/Pharmanord.Romania/](https://facebook.com/Pharmanord.Romania/)