



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΝ ΧΡΗΣΤΗ

Η εμμηνόπαυση εμφανίζεται συνήθως όταν οι γυναίκες βρίσκονται στα τέλη των σαράντα ή στις αρχές των πενήντα ετών. Σήμερα, το προσδόκιμο ζωής υπερβαίνει τα 80 χρόνια για τις γυναίκες. Κατά τη διάρκεια της εμμηνόπαυσης, υπάρχει μία μείωση των γυναικείων ορμονών. Ως συνέπεια αυτού, πολλές γυναίκες κατά τη μετάβαση στην εμμηνόπαυση εμφανίζουν συμπτώματα όπως εξάψεις, νυκτερινοί ιδρώτες, μεταβολές διάθεσης και ύπνου, κούραση. Επίσης, υπάρχουν μακροχρόνιες επιδράσεις που επηρεάζουν τα οστά και το καρδιαγγειακό σύστημα των γυναικών.

Είναι σημαντικό να ακολουθείται μία υγιεινή διατροφή κατά το στάδιο της εμμηνόπαυσης που περιλαμβάνει ιδίως τρόφιμα, τα οποία αποτελούν πηγή ισοφλαβονών (όπως τα μπιζέλια, οι φακές και το τσάι), γαλακτοκομικά προϊόντα, τα οποία είναι η κύρια διατροφική πηγή ασβεστίου, λιπαρά ψάρια, συκώτι, κρόκο αυγού, όσπρια, δημητριακά, ξηροί καρποί και πρωτεΐνες ζωικής προέλευσης που είναι πλούσιες σε βιταμίνες B6, B9, B12 και D. Τα πράσινα φυλλώδη λαχανικά (όπως το λάχανο, το νεροκάρδαμο, το σπανάκι, τα σέσκουλα), τα λαχανάκια Βρυξελλών, το μπρόκολο και τα σπαράγγια έχουν υψηλή περιεκτικότητα σε βιταμίνη K.

Ένας υγιεινός τρόπος ζωής, σε συνδυασμό με μία καλά ισορροπημένη διατροφή και τακτική άσκηση, είναι μέτρα που μπορούν να βοηθήσουν την ποιότητα ζωής μίας γυναίκας κατά το στάδιο της εμμηνόπαυσης.

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΤΟ FLOJA PLUS;

Το FLOJA PLUS είναι ένα συμπλήρωμα διατροφής που περιέχει εκχύλισμα σόγιας (40% σε ισοφλαβόνες σόγιας) μαζί με ασβέστιο, βιταμίνη D, βιταμίνη K και τρεις βιταμίνες που ανήκουν στην ομάδα B.

Το FLOJA PLUS είναι ένα συμπλήρωμα διατροφής που βοηθά στην κάλυψη των διατροφικών αναγκών των γυναικών κατά το στάδιο της εμμηνόπαυσης.

ΣΥΝΘΕΣΗ

Συστατικά: πληρωτικό και συνδετικό υλικό (εξευγενισμένο λινέλαιο (45% α-λινολενικό οξύ)), ανθρακικό ασβέστιο, παράγοντας επικάλυψης (ζελατίνη), σόγια (Glycine max L.), υγροσκοπικά μέσα (γλυκερίνη (E-422), σορβιτόλη (E-420)), φυτομεναδιόνη, γαλακτωματοποιητές: (λεκιθίνη σόγιας (E-322), μονοστεατικός εστέρας γλυκερόλης (E-471), κηρός κίτρινος (E-901)), κυανοκοβαλαμίνη, υδροχλωρική πυριδοξίνη, χρωστική ουσία (E-171, E-120), χοληκαλσιφερόλη, πτεροϋλομονογλουταμικό οξύ, χρωστική ουσία (E-172) και αντιοξειδωτικά (εκχύλισμα πλούσιο σε τοκοφερόλες (E-306), παλμιτικός ασκορβυλεστέρας (E-304i), γαλλικός προπυλεστέρας (E-310).

Χωρίς σάκχαρα. Ελεύθερο γλουτένης.

ΘΡΕΠΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ	Ανά κάψουλα	% ΔΤΑ*
Ισοφλαβόνες σόγιας	54,4 mg	-
Ασβέστιο	200 mg	25%
Βιταμίνη D	7,5 µg	150%
Βιταμίνη K1	100 µg	133,33%
Βιταμίνη B6	1,4 mg	100%
Φολικό οξύ	200 µg	100%
Βιταμίνη B12	2,5 µg	100%
α-λινολενικό οξύ	238,5 mg	-
ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ	Ανά κάψουλα	Ανά 100 g
Ενέργεια	5,6 kcal (23,4 KJ)	387,5 kcal (1627,7 KJ)
Υδατάνθρακες	0,38 g	0,0055 g
Λιπαρά	0,54 g	37,68 g
Πρωτεΐνες	0,17 g	11,72 g

* ΔΤΑ: Διατροφικές Τιμές Αναφοράς

ΣΟΓΙΑ: Η σόγια είναι ένα φυτό που περιέχει ισοφλαβόνες σε υψηλή περιεκτικότητα. Οι ισοφλαβόνες σόγιας είναι φυτικές ουσίες με δομή παρόμοια με αυτή των γυναικείων ορμονών.

ΑΣΒΕΣΤΙΟ, ΒΙΤΑΜΙΝΗ D, ΒΙΤΑΜΙΝΗ K: Το ασβέστιο είναι το πιο άφθονο ανόργανο στοιχείο στο ανθρώπινο σώμα. Ο σκελετός περιέχει το περισσότερο ασβέστιο. Κατά την εμμηνόπαυση, οι διατροφικές απαιτήσεις σε ασβέστιο αυξάνουν. Το ασβέστιο είναι απαραίτητο για τη διατήρηση των φυσιολογικών οστών. Η βιταμίνη D συμβάλλει στη φυσιολογική απορρόφηση/χρησιμοποίηση του ασβεστίου. Οι βιταμίνες D και K συμβάλλουν στη διατήρηση των φυσιολογικών οστών.

ΦΟΛΙΚΟ ΟΞΥ, ΒΙΤΑΜΙΝΗ B6 ΚΑΙ B12: Αυτές οι βιταμίνες δε συσσωρεύονται στον άνθρωπο και συνιστάται ένα τακτικό συμπλήρωμα αυτών των θρεπτικών ουσιών μέσω της διατροφής. Αυτές οι βιταμίνες συμβάλλουν στο φυσιολογικό μεταβολισμό της ομοκυστεΐνης. Επίσης, συμβάλλουν στη μείωση της κόπωσης και της κόπωσης. Η βιταμίνη B6 συμβάλλει επίσης στη ρύθμιση της ορμονικής δραστηριότητας.

A-ΛΙΝΟΛΕΝΙΚΟ ΟΞΥ (ALA): Το ALA συμβάλλει στη διατήρηση των φυσιολογικών επιπέδων χοληστερόλης στο αίμα. Τα ευεργετικά αποτελέσματα εξασφαλίζονται με την ημερήσια πρόσληψη 2 g ALA.

Οδηγίες Χρήσης: Συνιστώμενη ημερήσια δόση: λαμβάνετε μία κάψουλα την ημέρα μαζί με ένα ποτήρι νερό.

ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ: Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατο μίας ποικίλης και ισορροπημένης διατροφής και ενός υγιεινού τρόπου ζωής. Να φυλάσσεται μακριά από τα μικρά παιδιά. Το προϊόν αυτό δεν προορίζεται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινης νόσου. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν είστε έγκυος, θηλάζετε, βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζετε προβλήματα υγείας. Φυλάσσετε σε ξηρό και δροσερό μέρος. Ανάλωση κατά προτίμηση πριν από την ημερομηνία που αναγράφεται στη συσκευασία.

Περιεχόμενο συσκευασίας: 30 κάψουλες.

Υπεύθυνος Κυκλοφορίας:

ITF HELLAS A.E., Άρεως 103 & Αγίας Τριάδος 36

175 62 Παλαιό Φάληρο, Ελλάδα

Τηλ.: 210 93 73 330, Φαξ: 210 93 73 339

www.floja.gr



ITF Hellas A.E.