



www.nutra-be.it | info@nutra-be.it | +39 3488125787



NUTRA B12 50 mcg

NUTRA B12 è un integratore alimentare a base di **vitamina B12 (Cianocobalamina)**.

Flacone in vetro da **120 compresse** sublinguali.

1 cpr = 50 mcg Vit. B12.

NUTRA B12 è un integratore alimentare a base di **vitamina B12 (Cianocobalamina)**, che contribuisce al normale metabolismo energetico, al normale metabolismo dell'omocisteina e alla formazione dei globuli rossi. Interviene inoltre nel processo di divisione delle cellule e contribuisce al normale funzionamento del sistema nervoso e alla normale funzione psicologica.

La Vitamina B12 è nota per il suo ruolo:

- Nella **produzione dei globuli rossi** e nella **formazione del midollo osseo**.
- Nella **sintesi del DNA e dell'RNA**, oltre che **degli acidi grassi**.
- Nella **creazione della guaina mielinica** che avvolge i nervi.

Una **carenza** di vitamina B12 è riscontrabile in soggetti:

- Con dieta vegana/vegetariana.
- Celiaci o con malattie infiammatorie croniche a livello dell'intestino (Morbo di Crohn, rettocolite ulcerosa).
- Di età superiore ai 50 anni, per carenza del "fattore intrinseco", proteina indispensabile per l'assorbimento della vitamina stessa, causata da un processo autoimmune di atrofia della mucosa ghiandolare gastrica.
- Che hanno subito operazioni chirurgiche a carico dell'apparato digerente.

- Che utilizzano farmaci (metformina o antiacidicon), che riducono l'assorbimento della vitamina.

Le **conseguenze** di una carenza da vitamina B12 sono:

- Disturbi a carico del sistema nervoso.
- Stanchezza fisica e mentale.
- Debolezza muscolare.
- Difficoltà di memoria e di concentrazione.
- Anemia perniciosa.

La **Vitamina B12** (*Cianocobalamina*) in natura proviene da batteri specifici presenti nel terreno.

E' definita **essenziale** in quanto il nostro organismo non è in grado di produrla, pertanto deve essere necessariamente assunta con l'**alimentazione** (principalmente carni rosse, fegato e pesce; contenuto ridotto in rosso d'uovo e formaggi stagionati).