VITAMINAS · REF. 12097 · 60 CÁPSULAS

Multivitamin Complex

Todo lo esencial, en una sola cápsula

ENERGÍA | DEFENSAS | HUESOS

Multivitamin Complex aporta 20 vitaminas y minerales al 100 % del VRN en una cápsula al día. Lo completan la coenzima Q10, el licopeno, la luteína, la colina y un extracto de ginseng. Para adultos con días intensos que quieren tener cubiertos los básicos.

DOSIS	FORMATO	CALIDAD
1 al día	60 cápsulas (ref. 12097)	Farmacia

DECLARACIONES DE SALUD AUTORIZADAS

- Las vitaminas B2, B3, B5, B6, B12 y C y el hierro contribuyen a disminuir el cansancio y la fatiga.
- Las vitaminas A, C, D, B6 y B12, el zinc y el selenio contribuyen al funcionamiento normal del sistema inmunitario.
- La vitamina D y la vitamina K contribuyen al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
- El hierro contribuye al transporte normal de oxígeno en el cuerpo.
- Las vitaminas B1, B2, B3, B5, B6, B12 y C, la biotina, el hierro, el cobre y el manganeso contribuyen al metabolismo energético normal.
- Las vitaminas B2, C y E, el zinc, el selenio, el cobre y el manganeso contribuyen a la protección de las células frente al daño oxidativo.

Vitaminas A, D, E, K, C, B1, B2, B3, B5, B6, B12, ácido fólico y biotina, hierro, zinc, cobre, manganeso, selenio, cromo y yodo: 100 % VRN cada uno · Reglamento UE 432/2012.

LO QUE LO HACE DIFERENTE

- 20 vitaminas y minerales, cada uno al 100 % del VRN.
- Folato como L-metilfolato cálcico (Extrafolate-S®) y selenio como L-seleniometionina.
- 20 mg de coenzima Q10 y 20 mg de licopeno.
- Extracto seco de ginseng (18:1) titulado al 30 % en ginsenósidos.
- Una sola cápsula vegetal (HPMC) al día.

CÓMO Y CUÁNDO TOMARLO

1 cápsula al día, preferentemente con la comida.

- No la tomes con el estómago vacío.
- Lleva vitaminas liposolubles (A, D, E y K) y coenzima Q10: tómala con una comida que contenga algo de grasa.
- Contiene hierro y zinc: si tomas calcio, sepáralo unas 2 horas.
- El envase de 60 cápsulas dura 60 días (2 meses).

PENSADO PARA TI SI…

- Tienes días intensos en los que la alimentación no siempre es perfecta.
- Buscas una base nutricional sencilla.
- Prefieres un solo complemento en lugar de varios.
- Comes fuera de casa a menudo o viajas mucho.

COMBÍNALO CON

Omega 3+ Perle 35 % EPA / 25 % DHA (1000 mg) →

Suma EPA y DHA, que no están en el multivitamínico. El DHA contribuye a mantener el funcionamiento normal del cerebro.

Bisglicinato de Magnesio →

El magnesio contribuye a disminuir el cansancio y la fatiga y al funcionamiento normal de los músculos.

VITAMINAS · REF. 12097 · 60 CÁPSULAS

Multivitamin Complex

INFORMACIÓN NUTRICIONAL

POR DOSIS DIARIA (1 CÁPSULA)	CANTIDAD	%VRN*
Vitamina A	800 µg	100 %
Vitamina D3	5 µg	100 %
Vitamina E	12 mg	100 %
Vitamina K1	75 µg	100 %
Vitamina C	80 mg	100 %
Vitamina B1	1,1 mg	100 %
Vitamina B2	1,4 mg	100 %
Vitamina B3	16 mg	100 %
Vitamina B6	1,4 mg	100 %
Ácido fólico	200 µg	100 %
Vitamina B12	2,5 µg	100 %
Biotina	50 µg	100 %
Vitamina B5	6 mg	100 %

POR DOSIS DIARIA (1 CÁPSULA)	CANTIDAD	%VRN*
Hierro	14 mg	100 %
Zinc	10 mg	100 %
Cobre	1 mg	100 %
Manganeso	2 mg	100 %
Selenio	55 µg	100 %
Cromo	40 µg	100 %
Yodo	150 µg	100 %
Colina	28 mg	
Coenzima Q10	20 mg	
Licopeno	20 mg	
Extracto seco de ginseng (18:1)	20 mg	
· ginsenósidos (30 %)	6 mg	
Luteína	60 µg	

*VRN: Valores de Referencia de Nutrientes.

INGREDIENTES

Cápsula vegetal (agente de recubrimiento: hidroxipropilmetilcelulosa), hierro (gluconato), agente de carga (celulosa microcristalina), vitamina C (ácido L-ascórbico), zinc (gluconato), ácido paraaminobenzoico (PABA), potasio (citrato), calcio (carbonato), potasio (cloruro), colina bitartrato, magnesio (carbonato), vitamina E (acetato), extracto seco de hoja y tallo de bambú (Bambusa vulgaris), coenzima Q10, extracto seco de hoja de ginseng (Panax ginseng), manganeso (gluconato), vitamina B3 (nicotinamida), selenio (L-seleniometionina), antiaglomerante (sales magnésicas de ácidos grasos), cobre (gluconato), vitamina B5 (D-pantotenato cálcico), vitamina A (acetato), vitamina K1(filoquinona), vitamina B2 (riboflavina), vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina), vitamina B1 (tiamina HCl), vitamina B12 (cianocobalamina), cromo (picolinato), vitamina B9 (L-metilfolato cálcico) [Extrafolate-S®], yodo (yoduro potásico), biotina (vitamina B7) y vitamina D3 (colecalciferol).

IMPORTANTE

Contiene yodo: consultar en caso de alteraciones tiroideas. No tomar con el estómago vacío ni en caso de insuficiencia hepática o renal. Consultar con un profesional de la salud ante embarazo, lactancia, tratamiento farmacológico o dudas.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Cuánto dura un envase?

El envase trae 60 cápsulas. Con 1 cápsula al día, te dura 2 meses.

¿Puedo tomarlo si tengo problemas de tiroides, hígado o riñón?

Contiene yodo: la ficha indica consultar en caso de alteraciones tiroideas. Además, no debe tomarse en caso de insuficiencia hepática o renal. Consulta con tu médico o farmacéutico.

¿Puedo tomarlo si estoy embarazada o en período de lactancia?

La ficha indica consultar con un profesional de la salud ante embarazo o lactancia. Consulta con tu médico o farmacéutico antes de tomarlo en esta etapa.

¿Puedo tomarlo si tomo medicación?

Si sigues cualquier tratamiento farmacológico, consulta con tu farmacéutico antes de empezar: te dirá si encaja con tu medicación.

¿Se puede combinar con otros complementos?

Sí, con criterio. Como ya cubre el 100 % del VRN de 20 vitaminas y minerales, evita sumar otros complementos con los mismos nutrientes en dosis altas sin consultar con tu farmacéutico.

¿Contiene alérgenos? ¿Lleva gluten o lactosa?

La ficha no declara alérgenos. La cápsula es de origen vegetal (HPMC). Los ingredientes no incluyen gluten ni lactosa; si tienes una intolerancia o alergia, o sigues una alimentación vegana, consulta con tu farmacéutico.

COMPRAR EN TMPCARE.ES →

PÍDELO TAMBIÉN EN TU FARMACIA

Complemento alimenticio. No debe utilizarse como sustituto de una alimentación variada y equilibrada ni de un estilo de vida saludable. No superar la dosis diaria recomendada. Mantener fuera del alcance de los niños. Consulta a tu farmacéutico ante embarazo, lactancia o tratamiento farmacológico. TM APTEKA S.L. · CIF B54866173 · tmpcare.es