



## Calciobase

integratore alimentare fonte di calcio con edulcorante

Il calcio citrato in stick

- senza glutine
- senza lattosio
- senza zuccheri

30 stick da 500 mg di calcio citrato in 10 ml

€ 15,80

**FOGLIETTO ILLUSTRATIVO**

# CALCIOBASE

## CHE COSA È CALCIOBASE

Calciobase è un integratore alimentare fonte di calcio, con edulcorante. Il calcio di Calciobase è sotto forma di calcio citrato, che rappresenta una forma organica biodisponibile di questo importante minerale.

## A COSA SERVE IL CALCIO

Il calcio è un minerale che svolge molteplici funzioni nell'organismo ed è concentrato in particolare nel tessuto osseo, dove è necessario per il mantenimento della sua normale struttura, e nel tessuto muscolare, dove ne assicura la regolare funzione contrattile.

## PERCHÉ ASSUMERE CALCIOBASE

Sebbene un'alimentazione equilibrata e corretta sia un modo appropriato per mantenere normali livelli di calcio, non sempre è possibile consumare cibi che ne consentano un adeguato assorbimento: in questi casi Calciobase può aiutare ad assumere l'adeguata quantità giornaliera di calcio come completamento della dieta.

## QUANTO CALCIO ASSUMERE GIORNALMENTE

Secondo le linee guida della S.I.N.U. (Società Italiana di Nutrizione Umana), il Livello di Assunzione raccomandato per la popolazione italiana (PRI) per il calcio si attesta mediamente sui 1000 mg al giorno, valore che aumenta nell'adolescenza, quando il corpo è ancora in crescita, e in età avanzata:

LARN-Livelli di assunzione di riferimento per la popolazione italiana

	BAMBINI - ADOLESCENTI								ADULTI								gravidanza	allattamento
	maschi				femmine				maschi				femmine					
Età	1-3 anni	4-6 anni	7-10 anni	11-14 anni	15-17 anni	11-14 anni	15-17 anni	18-29 anni	30-59 anni	60-74 anni	≥75 anni	18-29 anni	30-59 anni	60-74 anni	≥75 anni			
Ca	700 mg	900 mg	1100 mg	1300 mg	1300 mg	1300 mg	1200 mg	1000 mg	1000 mg	1200 mg	1200 mg	1000 mg	1000 mg	1200 mg	1200 mg	1200 mg	1000 mg	
Nelle donne in menopausa che non sono in terapia estrogenica la PRI è di 1200 mg.																		

Fonte: Società Italiana di Nutrizione Umana-SINU 2014

## A CHI È DESTINATO CALCIOBASE

Calciobase può essere utile a tutti coloro che, per abitudini alimentari, stile di vita o altri fattori influenti sulla omeostasi calcica, hanno bisogno di integrare la dieta con il calcio. La supplementazione con Calciobase è adatta anche a persone con esigenze particolari, come donne in post-menopausa, anziani e soggetti che hanno un aumentato fabbisogno di questo minerale (1,2).

## COME SI PRESENTA CALCIOBASE

Calciobase si presenta come un liquido di colore bianco, al piacevole gusto di ciliegia, contenuto in uno stick predosato.

## COME PRENDERE CALCIOBASE

Il contenuto dello stick di Calciobase deve essere versato direttamente in bocca.

## QUANTO CALCIOBASE PRENDERE

Assumere 1 o 2 stick al giorno in base alle proprie necessità. Non superare la dose consigliata. Per un uso diverso del prodotto consultare il proprio medico. Calciobase è formulato in stick da 10 ml, contenenti 500 mg di calcio, per facilitarne l'assunzione. Per esempio, se fosse necessaria l'assunzione giornaliera di 1000 mg di calcio, Calciobase può essere assunto in due stick da 500 mg in due momenti diversi della giornata, favorendo così l'assorbimento del calcio stesso. L'assorbimento di calcio, infatti, è superiore se la dose giornaliera viene suddivisa in più somministrazioni (3,4).

CONTENUTI MEDI DI CALCIO PER:		
	mg	% VNR*
1 stick	500 mg	62.5 %
2 stick	1000 mg	125 %

\* VNR = Valore nutritivo di riferimento giornaliero (adulti) ai sensi del Reg. EU n. 1169/2011.

## QUANDO PRENDERE CALCIOBASE

Calciobase può essere assunto sia in concomitanza che lontano dai pasti, in quanto il calcio citrato è bene assorbito sia a stomaco vuoto che a stomaco pieno ed il suo assorbimento è indipendente dalla acidità della secrezione gastrica (5,6).

## COME CONSERVARE CALCIOBASE

In luogo fresco ed asciutto, al riparo da luce diretta e fonti di calore. Il termine minimo di conservazione si riferisce al prodotto correttamente conservato in confezione integra. Non disperdere nell'ambiente dopo l'uso.

## COSA CONTIENE CALCIOBASE

Calciobase è costituito dai seguenti ingredienti: acqua, calcio citrato, stabilizzante: gomma di xanthan; correttore di acidità: acido lattico; conservante: sorbato di potassio; aroma, edulcorante: sucralosio. Calciobase non contiene zuccheri, glutine, lattosio.

**AVVERTENZE:** Gli integratori alimentari non vanno intesi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata e di un sano stile di vita. Tenere fuori dalla portata dei bambini al di sotto dei 3 anni. Non superare la dose giornaliera consigliata. Conservare in luogo fresco e asciutto a temperatura ambiente. Evitare l'esposizione alla luce e a fonti dirette di calore.

Distribuito da:

**Abiogen Pharma S.p.A.**  
Via Meucci 36, Pisa - Italy

Bibliografia

- (1) Wilczynski C et al. Curr Osteoporos Rep 2014;12: 396-402
- (2) Iolascon G. et al J Nutr Health Aging 2017;21: 527-538
- (3) Heaney RP, et al J.Bone Miner Res.1990;5: 1135-1138
- (4) Heaney et al. J.Bone Miner Res. 2000;15: 2291
- (5) Hunt JN et al. Dig Dis Sci. 1983;28(5): 417-21
- (6) Straub DA Nutr. Clin. Prac. 2007;22: 286-296

