

Product: Iron+

Description

The Iron+ supplement has iron in a doubly chelated form and with several vitamins, such as vitamins, such as Vitamin C, and other nutrients for greater bioavailability of iron, thus achieving an absorption rate of this mineral superior to identical products products that we can find in the natural supplements market.

- Iron booster for those suffering from problems related to low hemoglobin in the blood (Anemia)
- Favors the functioning of the immune system
- Regulates body temperature



Function

- Helps the formation of hemoglobin and the transport of oxygen throughout the body
- Helps in cases of insomnia
- Promotes health and muscle performance
- Boosts brain function

Vitamin C aids in the absorption of iron and contributes, like all the other vitamins present in this formula, to the normal functioning of the nervous system and to fatigue. This mineral is also essential for athletes in high competition or with a very high physical demand, because in these cases the loss and demand of this mineral are much higher. Thus, in these cases, iron will act in the respiratory oxygen transport respiratory process to the tissues; be part of the enzymes that act in the process of cellular respiration; provide more energy for the whole body.

Product: Iron+

Directions / Precautions

Adults should take 2 capsules daily or as prescribed by a professional. The recommended daily dose should not be exceeded. If you have any health problems, consult your physician first. Supplements should not replace a varied and balanced diet and a healthy lifestyle. Not recommended for persons under the age of 18 unless prescribed/recommended by a physician/pharmacist. Store in a cool, dry place. Keep out of reach of children.



Packaging

- Pack size : 150cc
- Net weight : 34,8g
- Total weight
- Type : cápsulas
- Quantity : 60
- N.º embalagens p/caixa:
- IVA 23%
- Reference : ECO FERRO
- Barcode : 5600283759050

Indications

Iron+ is a food supplement designed to cover the daily nutritional needs of Iron, being complemented with various vitamins and other nutrients to facilitate its absorption and complement and strengthen its action. It seeks to compensate for low iron levels in cases of anemia, or heavy blood loss (heavy menstruation), pregnant women or athletes with great physical demand.

Allergens

Contains no known allergens.



Ingredientes e Informação Nutricional
Ingredientes e Valor Nutricional
Ingredientes and Nutritional Value
per cada 2 cápsulas/for each 2 capsules: **VRN/NRV

Vitamina/Vitamina/Vitamin C (Ácido L-ascórbico/Ácido L-ascórbico/L-ascorbic Acid)	300MG	375%
Vitamina B1/Betaina HCl/Betaine HCl	100MG	
Ácido Maltico/Ácido Maltico/Maltic Acid	100MG	
Ferro/Hierro/Iron (Bisglicinato de Ferro/Bisglicinate of Iron/Bisglycinate)	60MG	428.6%
Vitamina/Vitamina/Vitamin B3 (Nicotinamida-Niacina/Nicotinamide-Niacin)	50MG	312.5%
D.Pantotenato Cálcico/D.Pantotenato Cálcico/Calcic D.Pantotenate	27.2MG	
Formosa/Formosina/Provides: Vitamina/Vitamina/Vitamin B5 (Ácido Pantoténico/Ácido Pantoténico/Pantothenic Acid)	25MG	416.7%
Calcio/Calcio/Calcium	2.174MG	0.272%
Vitamina/Vitamina/Vitamin E (Acetato de DL-Alfa-Tocoferol/ Acetato de DL-Alfa-tocoferol/ DL-Alfa-Tocopherol Acetate)	20MG	166.7%
Vitamina/Vitamina/Vitamin B1 (Tiamina HCl/Tiamina HCl/Thiamine HCl)	RMG	545.45%
Vitamina/Vitamina/Vitamin B2 (Riboflavina-5-Fosfato/Riboflavina-5-Fosfato/Riboflavin-5-Phosphate)	6MG	428.6%
Colina/Colina/Choline/Colina Bictarato/Colina Bictarato/Bictartrate/Choline)	5.11MG	
Vitamina/Vitamina/Vitamin B6 (Piridoxal-5-Fosfato/Piridoxal-5-Fosfato/Pyridoxal-5-Phosphate)	4MG	285.7%
Vitamina/Vitamina/Vitamin B9 (Ácido Fólico/Metilglutáico Ácido Fólico/Metilglutáico Ácido Fólico/Methylglutamic Acid/Methylglutamic Acid/Methylcobalamina/Metilcobalamina/Methylcobalamine)	100uB	50%
	50uB	2000%

Outros ingredientes/Otros ingredientes/ Other ingredients:
Hidroxiopropilmetil Celulosa/
Hydroxypropylmethyl Cellulose (cápsula vegetal/capsula vegetal/vegetable capsule),
Esterato de Magnésio Vegetal/Vegetable Magnesium Stearate (agente anti-caking agent),
Dioxido de Silício/Dióxido de Silício/Silicon Dioxide (agente anti-caking agent),
Celulose Microcristalina/Celulosa microcristalina/
Microcrystalline Cellulose (agente de carga/
bulking agent).

***VRN/NRV**
Valor de Referência de Nutrientes
Nutrient Reference Values

PT A vitamina C aumenta a absorção do Ferro

ES La vitamina C aumenta la absorción del Hierro.

EN Vitamin C increases iron absorption.

Ferro+

HIERRO+ IRON+

Prodcução/Producción/Manufacturing
Prodotto in EU per distribuzione por:
Produced in the EU for distribution por:
Manufactured in the EU for distribution by:

ECOGENETICS
ConceptEvidence, Lda.
Prct. Cristóvão Falcão, 83-R/C Dto
4495-114 S. Mamado de Infesta - Portugal
Apioo ao consumidor +351 915 265 969

SUPLEMENTO ALIMENTAR
COMPLEMENTO ALIMENTICIO
FOOD SUPPLEMENTS

60 Bg
350 PESO NETO
350 NET WEIGHT

5 600283 75050

Product: Iron+

Informação sobre constituintes

Tiamina: Conhecida como vitamina B1, a Tiamina ajuda no metabolismo de proteínas, gorduras e hidratos de carbono. Ela atua principalmente na conversão de hidratos de carbono e açúcares em energia. Além disso, a Tiamina fortalece o sistema imunitário e ajuda a controlar o stress. Esta também atua na libertação da energia armazenada, usando-a como combustível para o organismo, o que é interessante para quem está a tentar perder peso.

Podemos encontrar a vitamina B1 em alimentos como leguminosas, cereais integrais, espinafre e couve.

Riboflavina: também conhecida como vitamina B2, tem como uma de suas principais funções converter energias dos alimentos fazendo com que cheguem até os músculos. Além disso a vitamina B2 auxilia na produção de hemácias e possui um forte efeito antioxidante.

Ardência ocular, fadiga ocular, sensação de areia nos olhos, ou distúrbios visuais, são normalmente sintomas causados por uma deficiência de vitamina B, especialmente vitamina B2.

Entre as fontes ricas em vitamina B2 contamos com o leite, ovos, amêndoas, cogumelos, soja e espinafre.

Nicotinamida: É uma vitamina essencial pertencente ao complexo B, conhecida também por ou vitamina B3. Esta vitamina pode ainda aparecer sobre outras formas (ácido nicotínico, hexanicotinato de inositol). Como todas as outras vitaminas do complexo B, a nicotinamida é hidrossolúvel, ou seja, não provoca acumulação no organismo e, quando em excesso, é eliminada pela urina. É um precursor de nicotinamida adenina dinucleótida (NAD) e nicotinamida adenina dinucleótido fosfato (NADP) que são facilitadores de reações enzimáticas que são importantes para muitas vias metabólicas. Essas co-enzimas são essenciais na produção de energia celular, no metabolismo da glicose e na síntese lipídica.

Ácido Pantoténico: O ácido pantotênico também chamado de vitamina B5. O nosso corpo não armazena a vitamina B5, portanto temos de consumi-la todos os dias para repor as fontes, pois ela é transportada pela corrente sanguínea e o excesso excretado pela urina. Ela atua em muitas funções no nosso organismo, desde a produção de neurotransmissores no cérebro, saúde da pele e cabelos, até o metabolismo de gorduras, proteínas e outros provenientes dos alimentos que ingerimos, o ácido pantotênico auxilia ainda na gestão do stress e da ansiedade crónica, já que ajuda a diminuir perturbações mentais.

Piridoxina: A fórmula mais bioactiva da famosa vitamina B6. Esta quando está associada à cobalamina e ao folato, regula os níveis de homocistina, um aminoácido diretamente ligado às doenças cardíacas. Além disso, a Piridoxina fortalece o sistema imunológico, e trabalha no armazenamento de gordura e hormonas. A vitamina B6 ainda participa na produção de serotonina, a hormona responsável pelo bem-estar e pela vontade de comer doces quando está de nível baixo. O atum, o salmão, as lentilhas, a cenoura e o arroz integral são boas fontes dessa vitamina.

Metilcobalamina: Também conhecida como vitamina B12. Quando conjugada com a vitamina B9, a metilcobalamina atua na produção de hemácias e hemoglobina – fundamental para o transporte de oxigénio. A American Dietetic Association recomenda a suplementação para vegans e ovolactovegetarianos durante a gravidez e aleitamento para garantir que a ^{Quantity} suficiente de vitamina B12 é transferida para o bebê. Recém-nascidos com deficiência de vitamina B12 podem ter défices de crescimento, atrasos no desenvolvimento e anemia megaloblástica.

Pode encontrar vitamina B12 em alimentos como: peixes, frutos do mar, ovos, carnes e até microalgas como a Spirulina.

Colina: É um precursor da acetilcolina. Participa do metabolismos dos lipídios e atua como fonte de grupos metilos noutros processos metabólicos. A Colina é considerada uma vitamina do grupo B, porém suas funções não justificam sua classificação como vitamina.

O organismo não pode sintetizar colina, sendo as principais fontes a gema do ovo, gordura animal e vegetal. O organismo não pode sintetizar colina, sendo as principais fontes a gema do ovo, gordura animal e vegetal.

Folato / Ácido Fólico: O ácido fólico, também conhecido como vitamina B9, é um nutriente que participa de várias funções no organismo, como: manter a saúde do cérebro, prevenindo problemas como a depressão; participar da formação do sistema nervoso do feto durante a gravidez; fortalecer o sistema imunológico; prevenir a anemia, por estimular a formação de células do sangue; prevenir alguns ^{Type} de cancro, por prevenir alterações no DNA das células; prevenir doenças cardíacas, por reduzir a homocisteína e manter a saúde dos vasos sanguíneos; controlar a evolução do vitiligo.

Product: Iron+

Informação sobre constituintes

Ferro: As principais funções do ferro verificam-se essencialmente ao nível da formação da hemoglobina do sangue, da respiração celular e da participação das reacções enzimáticas.

Vitamina E: Também conhecida como tocoferol, é uma vitamina lipossolúvel, necessitando de gorduras (ingeridas através dos alimentos) para ser absorvida pelo organismo. Possui propriedades antioxidantes que atuam no combate aos radicais livres que geram danos às células do corpo humano.

Ácido Ascórbico: Ou vitamina C como também é conhecida, participa em diversas reacções bioquímicas nas células principalmente cedendo grupos hidroxilos para outras moléculas, em especial para o colágeno, que está presente em diversos tecidos no organismo. Além disso também é uma boa molécula antioxidante, uma vez que tem facilidade de neutralizar as espécies reativas de oxigênio geradas nas células. Ela também é um importante co-fator para diversas reacções enzimáticas, como as responsáveis por síntese de catecolaminas, aminoácidos, colesterolis e algumas hormonas. Também é importante na hidroxilação de certos fatores de transcrição que estão ligados a vias de transporte de ferro, glicólise, angiogênese e de sobrevivência celular. Esta vitamina ajuda na absorção do ferro.

Cálcio: Favorece o bom funcionamento dos ossos, tecido nervosos e participa na contração muscular e coagulação sanguínea.

Betaina HCL: A betaina promove a secreção do ácido clorídrico e portanto, a absorção do ferro.

Ácido Málico: O ácido málico, bem como um outro conjunto de ácidos orgânicos, optimizam a absorção do ferro

Product: Iron+

Bibliography

- Lindsay H Allen. Anemia and iron deficiency: effects on pregnancy outcome. *The American Journal of Clinical Nutrition*, Volume 71, Issue 5, May 2000, Pages 1280S–1284S, <https://doi.org/10.1093/ajcn/71.5.1280s>
- Clara Camaschella, M.D. Iron-Deficiency Anemia. *The New England Journal of Medicine*. 2015; 372:1832- 1843 DOI: 10.1056/NEJMr1401038
- Rebecca J. Stoltzfus, Michele L. Dreyfuss. Guidelines for the Use of Iron Supplements to Prevent and Treat Iron Deficiency Anemia. International Nutritional Anemia Consultative Group. International Life Sciences Institute
1126 Sixteenth Street, N. W., Washington, D. C. 20036-4810: ISBN 1-57881-020-5
- J D Cook E R Monsen. Vitamin C, the common cold, and iron absorption. *The American Journal of Clinical Nutrition*, Volume 30, Issue 2, February 1977, Pages 235–241, <https://doi.org/10.1093/ajcn/30.2.235> - Rachel Moll, Bernard Davis. Iron, vitamin B12 and folate. Elsevier. Volume 45, Issue 4, April 2017, Pages 198-203. <https://doi.org/10.1016/j.mpmed.2017.01.007>
- L Hallberg, M Brune, M Erlandsson, A S Sandberg, L Rossander-Hultén. Calcium: effect of different amounts on nonheme- and heme-iron absorption in humans. *The American Journal of Clinical Nutrition*, Volume 53, Issue 1, January 1991, Pages 112–119, <https://doi.org/10.1093/ajcn/53.1.112>