

# Vita C

**DuoLife VITA C** - 100 % prírodný, kompletný vitamín C, ktorý spĺňa požiadavky osôb, ktoré hľadajú produkt, ktorý zlepšuje náladu a ktorý riadne dopĺňa nedostatky vitamínov a minerálov v organizme. Koncentrovaná dávka energie.



## Kedy?

Každý človek by mal neustále prijímať vitamín C vo svojej strave, pretože, ako každý typický vitamín, nie je vyrábaný v ľudskom tele. Jeho nedostatok môže prispieť k zníženiu imunity, zníženiu energie a mnohým chorobám. Medzi prvé príznaky nedostatku vitamínu C patrí: rýchla únava, nechut' do jedla, podliatiny, krvácanie z ďasien, bolesť kĺbov a svalov.

V období zvýšeného dopytu po vitamíne C, t. j. V jesennom a zimnom období, ktoré vedie k prechladnutiu, ako aj v stavoch oslabenia organizmu - počas vírusových infekcií a počas rekonvalescencie, je vhodné zvýšiť prísun tohto hodnotného vitamínu vhodným výživovým doplnkom.

## Ako?

Najlepším výberom je prírodný vitamín C v tekutej forme – DuoLife VITA C, obsahujúci nielen prírodnú kyselinu L-askorbovú, ale aj jej cenné prírodné „biologické pozadie“, ktoré o. i. predstavujú bioflavonoidy, karotenoidy, rastlinné enzýmy, zinok, horčík, vitamíny B2 a B6. V tejto forme je vitamín C vo svojom prirodzenom komplexnom prostredí lepšie vstrebávaný a oveľa účinnejší<sup>1</sup>. Vďaka tomu DuoLife VITA C pomáha zlepšovať náladu a dodáva energiu.



### DuoLife Vita C – spôsob použitia:

25-50 ml/deň; 25 ml = 363,50 mg vitamínu C (454 % RP\*)



**Zloženie:** šťava z plodov ruže šípovej, šťavy z plodov aceroly vytvorený z pyré plodov aceroly, extrakt z plodov aceroly s obsahom vitamínu C 50%, extrakt z jahôd CamuCamu.

Nižšie je tabuľka s odporúčanými normami príjmu vitamínu C pre rôzne vekové skupiny.

Vek	Odporúčaná denná dávka (RP*) <sup>2</sup>
Dojčatá (0-12 mesiacov)	20 mg
Deti (1-9 rokov)	40-50 mg
Deti (10-12 rokov)	50 mg
Deti (13-18 rokov)	65-75 mg
Ženy nad 19 r.	75 mg
Muži nad 19 r.	90 mg



Tehotné ženy

80-85 mg

Dojčiace ženy

115-120 mg

\*RP – Referenčná hodnota príjmu priemerného dospelého (8400 kJ/2000 kcal)

## Prečo sa oplatí používať vitamín C? Jeho pôsobenie je viacsmerné a veľmi dôležité pre dobrú kondíciu organizmu!

- ▶ Vitamín C podporuje funkcie imunitného systému: môže chrániť pred prechladnutím a skrátiť trvanie infekcie<sup>3,5</sup>.
- ▶ Je silným antioxidantom (chráni pred voľnými kyslíkovými radikálmi a zabraňuje deštrukcii buniek spôsobenej oxidačným stresom)<sup>4</sup>.
- ▶ Je nevyhnutný pri výrobe kolagénu, podporuje fungovanie kĺbov, krvných ciev, ďasien, kože a zubov<sup>2,5</sup>.
- ▶ Podporuje vstrebávanie železa z gastrointestinálneho traktu<sup>5,6</sup>.
- ▶ Správne množstvo vitamínu C v tele urýchľuje regeneráciu po cvičení, znižuje hladinu kortizolu a podporuje spaľovanie tukov počas cvičenia<sup>7</sup>.
- ▶ Zabraňuje srdcovým chorobám a ateroskleróze<sup>8</sup>, reguluje metabolizmus lipidov (hladina cholesterolu)<sup>9</sup>.
- ▶ Podporuje funkcie nervového systému: podieľa sa na syntéze noradrenalinu a serotonínu<sup>10</sup>.

## Čím sa líši DuoLife Vita C?

- ▶ **Tekutá forma** t. j. forma, ktorá je najviac podobná tej, v ktorej vitamín C vystupuje v prírode, čo uľahčuje jej uvoľňovanie a absorpciu do krvného riečišťa, zvýšená absorpcia sa premieňa do účinnejšej distribúcie na miesto pôsobenia (priaznivý účinok na procesy LADME\*\*).
- ▶ **Prípravok konzervovaný metódou IHHP™ by DuoLife** – (Innovation High Hydrostatic Process™ by DuoLife) je založená na koncepcii „minimálneho spracovania“. Výhodou metódy je vysoká zdravotná kvalita a trvanlivosť, ako aj zachovanie prírodných výživových a zmyslových vlastností v porovnaní s výrobkami konzervovanými klasickými metódami. Použitý technologický proces sa vykonáva pri nízkej teplote (kvôli ochrane aktívnych zložiek) a je založený na zásade synergie pôsobenia mnohých fixačných činidiel, čo umožňuje udržiavať najvyššiu kvalitu produktu bez použitia konzervačných látok.
- ▶ **100 % prírodné zložky a 100 % ich obsahu v prípravku** - DuoLife Vita C je kompozícia výťažkov a štiav z plodov, ktoré sú prirodzene bohaté na vitamín C, a sú zároveň jeho plným biologickým pozadím, ktoré zaručujú vysokú biologickú dostupnosť a účinnosť.
- ▶ **Receptúra s prihliadnutím na zásady synergizmu a antagonizmu zložiek.**
- ▶ **Produkt NEOBSAHUJE konzervačné látky, stabilizátory chuti a NEMÁ GMO** – suroviny použité na vývoj výživového doplnku NEPOCHÁDZAJÚ z geneticky modifikovaných rastlín.
- ▶ **Výrobok NEOBSAHUJE lepek** – je vhodný pre osoby trpiace neznášanlivosťou lepku.
- ▶ **Špeciálna fľaša zo skla určená na farmaceu-tické účely** – tmavé sklo chráni pred svetlom a zmenami teploty, je odolné voči uvoľňovaniu rozpustných minerálnych látok z vnútorného povrchu.
- ▶ **Koncentrovaná formula** – pohodlné používanie: iba raz denne.
- ▶ **Zastrešujúca značka** – efekt pôsobenia tekutej formy je doplnený kozmetickým prípravkom s vysokým prírodným indexom z rady DuoLife Beauty Care - KRÉM NA RUKY - hydratujúce, vyhladzujúce, regenerujúce a zlepšujúce stav pokožky.

Bibliografia pre prípravok DuoLife Tekutá Forma Vita C je na samostatnej karte segregátora.

\*\*LADME – skratka anglických názvov opisujúcich procesy, ktorým je účinná látka v organizme vystavená: uvoľňovanie z for-my prípravku -> absorpcia do krvného obehu -> di-stribúcia v organizme -> metabolizmus -> vylučovanie

## Bibliografia

---

1. Thiel, R. J. (2000). Natural vitamins may be superior to synthetic ones. *Medical hypotheses*, 55(6), 461-469.
2. Normy żywienia dla populacji Polski – Instytut Żywności i Żywienia, 2017, str. 147, 150
3. Van Straten, M., & Josling, P. (2002). Preventing the common cold with a vitamin C supplement: a double-blind, placebo-controlled survey. *Advances in therapy*, 19(3), 151.
4. Bendich, A., Machlin, L. J., Scandurra, O., Burton, G. W., & Wayner, D. D. M. (1986). The antioxidant role of vitamin C. *Advances in Free Radical Biology & Medicine*, 2(2), 419-444.
5. Deruelle, F., & Baron, B. (2008). Vitamin C: is supplementation necessary for optimal health?. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 14(10), 1291-1298.
6. Vitamin and mineral requirements in human nutrition, Second Edition, WHO, str. 130-139
7. Peters, E. M., Anderson, R., Nieman, D. C., Fickl, H., & Jogessar, V. (2001). Vitamin C supplementation attenuates the increases in circulating cortisol, adrenaline and anti-inflammatory polypeptides following ultramarathon running. *International journal of sports medicine*, 22(07), 537-543.
8. Osganian, S. K., Stampfer, M. J., Rimm, E., Spiegelman, D., Hu, F. B., Manson, J. E., & Willett, W. C. (2003). Vitamin C and risk of coronary heart disease in women. *Journal of the American College of Cardiology*, 42(2), 246-252.
9. Jacques, P. F. (1992). Effects of vitamin C on high-density lipoprotein cholesterol and blood pressure. *Journal of the American College of Nutrition*, 11(2), 139-144.
10. Zawada, K. Znaczenie witaminy C dla organizmu człowieka The importance of Vitamin C for human organism. *HERBALISM*, 22.