



# NATALBEN

## Preconceptivo

Suplemento alimentar



### 1. Introdução

Para otimizar a saúde materno-fetal, as mulheres que pretendem engravidar devem encontrar-se em adequado estado nutricional e mantê-lo durante a gravidez.

### 2. O que é NATALBEN Preconceptivo?

Natalben Preconceptivo é um suplemento alimentar destinado a mulheres que pretendem engravidar. O seu conteúdo em zinco contribui para a fertilidade e saúde reprodutiva normal da mulher. Adicionalmente, juntamente com a dieta, ajuda a conseguir o estado nutricional adequado.

### 3. Qual a função dos principais componentes de NATALBEN Preconceptivo

Ácido fólico e Vitamina B<sub>12</sub>: Recomenda-se a suplementação com ácido fólico desde que se planeia uma gravidez pois favorece o seu desenvolvimento normal. A suplementação de ácido fólico aumenta o nível de folato materno. Uma baixa quantidade de folato materno é um fator de risco para a ocorrência de defeitos do tubo neural no feto em desenvolvimento. O efeito benéfico é conseguido com uma ingestão diária suplementar de 400 µg de ácido fólico durante pelo menos um mês antes da conceção e até três meses depois desta. Adicionalmente, o ácido fólico e a vitamina B<sub>12</sub> contribuem para o processo de divisão celular.

Vitamina D: Contribui para a normal absorção/utilização do cálcio e para o processo de divisão celular. A sua suplementação à dieta ajuda a alcançar níveis adequados de vitamina D.

Iodo: Contribui para uma normal função cognitiva. Recomenda-se a sua suplementação desde o planeamento da gravidez, por contribuir para o crescimento normal da criança.

Zinco: Micronutriente com propriedades antioxidantes que intervêm em numerosas funções fisiológicas. Entre outros, o zinco contribui para uma fertilidade e reprodução normais.

### 4. Composição

Ingredientes: Agente de volume (*Helianthus annuus C* - óleo de girassol), agente de revestimento (gelatina), agente humidificante (glicerol E-422), agente emulsionante (ácidos gordos E-570), óxido de zinco, agente emulsionante (cera amarela de abelha E-901), agente emulsionante (lecitina de girassol E-322), cianocobalamina (vitamina B<sub>12</sub>), corante (dióxido de titânio E-171), ácido pteroilmonoglutâmico (vitamina B<sub>9</sub>), colecalciferol (vitamina D), iodato de potássio e corante (vermelho de carmim E-120).





Componentes	Por toma diária (1 cápsula)	Por 100 g	% VRN* (por cápsula)
Ácido fólico	400 µg	0,142 g	200
Vitamina B <sub>12</sub>	2,5 µg	0,890 mg	100
Vitamina D	10 µg	3,559 mg	200
Iodo	150 µg	0,053 g	100
Zinco	10 mg	3,559 g	100

\* VRN: Valor de Referência de Nutrientes

Informação nutricional	Por toma diária (1 cápsula)	Por 100 g
Energia	6,946 Kj / 1,654 Kcal	2472,246 Kj / 588,630 Kcal
Lípidos	0,131 g	46,659 g
Ácidos gordos saturados	0,026 g	9,174 g
Hidratos de carbono	0,040 g	14,091 g
Açúcares	0,0003 g	0,095 g
Proteínas	0,079 g	28,083 g
Sal	0,001 g	0,356 g

Sem açúcar. Sem glúten.

### 5. Conselhos de utilização

- Toma diária recomendada: tomar uma cápsula de NATALBEN Preconceptivo por dia com um copo de água.
- NATALBEN Preconceptivo pode ser tomado por períodos prolongados.

### 6. Precauções

- Não recomendado em caso de hipersensibilidade ou alergia a qualquer um dos constituintes da formulação.
- Recomendada precaução em caso de toma do medicamento Metotrexato.
- Em caso de doença da tiróide tomar apenas mediante indicação médica.
- Consumir de preferência antes da data indicada na embalagem.
- Manter fora da vista e do alcance das crianças.
- Não exceder a toma diária recomendada.
- Os suplementos alimentares não devem ser utilizados como substitutos de uma dieta variada e equilibrada e um estilo de vida saudável.
- Conservar em lugar fresco e seco.

### Distribuído por:

**ITF Nutrivalor, Produtos Farmacêuticos, Lda**

Rua Dom António Ribeiro, n° 9

1495-049 Algés



200680 V03

