

Source of Life Garden Iron

NaturesPlus



Tipo de producto

Suplemento dietético, Suplemento de hierro a base de plantas

Composición

Cada cápsula contiene 18 mg de hierro (de extracto de curry orgánico [*Murraya koenigii*]) [1, 2, 3, 4]. En una base de más de 20 extractos orgánicos de alimentos integrales, incluyendo proteína de arroz, almidón de patata, extracto de acerola, brote de brócoli, brote de coliflor, micelio de hongo Cordyceps, fruta de piña, perejil, jugo puro de remolacha, jugo puro de zanahoria, espirulina pura, raíz de cúrcuma, micelio de hongo Shiitake, chlorella pura, maltodextrina de arroz, linaza, fruta de arándano, fruta de arándano azul, brote de col rizada, micelio de hongo Maitake, hojas de espinaca, jugo de tomate [1, 2, 6, 9]. Otros ingredientes: cápsula orgánica (polisacáridos prebióticos de pululano [de *Aureobasidium pullulans*]) [2, 6]. Libre de colorantes y conservantes artificiales, levadura, trigo, soja, leche, gluten, OGM, ingredientes animales, estearato de magnesio, ácido esteárico, dióxido de titanio, cera de carnauba, talco y hexano [4, 5, 6].

Indicaciones

Proporciona apoyo nutricional para la sangre sana, promueve la producción de glóbulos rojos saludables y el transporte de oxígeno [1, 2, 3, 5, 6]. Apoya la función cardiovascular y circulatoria, y contribuye a la reducción del cansancio y la fatiga [1, 3, 9]. Ayuda a la función normal del sistema inmunológico, la función cognitiva y el metabolismo energético [3]. Diseñado para aquellos que buscan una fuente de hierro orgánica, natural y a base de plantas [2, 6].

Posología

Como suplemento dietético, tomar una cápsula al día [1, 2, 4, 6].

Precauciones

La sobredosis accidental de productos que contienen hierro es una de las principales causas de intoxicación mortal en niños menores de 6 años. Mantener este producto fuera del alcance de los niños. En caso de sobredosis accidental, llamar a un médico o centro de control de intoxicaciones inmediatamente [1, 2, 13, 14]. Mantener el envase bien cerrado en un lugar fresco y seco [1, 2, 4]. No exceder la dosis diaria recomendada [3]. Este producto no debe sustituir una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable [3]. Consultar a un profesional de la salud antes de usar, especialmente si tiene diabetes, enfermedades de la hemoglobina (como talasemia o anemia de células falciformes), telangiectasia hemorrágica hereditaria (HHT) o si está en hemodiálisis [4, 12]. Evitar tomar hierro junto con antibióticos tipo tetraciclina (tomar hierro 2 horas antes o 4 horas después) [12]. Para una mejor absorción, tomar el hierro por separado de antiácidos, cafeína y suplementos o alimentos que contengan calcio [13]. La vitamina C puede mejorar la absorción de hierro [13]. Los efectos secundarios comunes pueden incluir molestias estomacales, estreñimiento, diarrea, náuseas, vómitos, acidez estomacal, dolor de estómago, heces u orina de color oscuro, manchas temporales en los dientes, dolor de cabeza o un sabor inusual o

desagradable en la boca [13, 14]. Dosis de 25 mg de hierro elemental o más al día pueden reducir la absorción de zinc [13].

Contraindicaciones

No tomar más de 45 mg de hierro elemental al día si no hay deficiencia de hierro, ya que dosis altas pueden ser inseguras y causar efectos secundarios graves [12, 13, 14]. Dosis altas de hierro son particularmente inseguras para niños y pueden ser fatales; se recomienda precaución extrema [12, 13]. Está contraindicado en personas con hemocromatosis, una condición que causa sobrecarga de hierro.

Datos técnicos

EAN	097467307360
Formato	30 Cápsulas Veganas
Tipo	Suplemento dietético, Suplemento de hierro a base de plantas
Peso / Volumen	
Apto para	Vegano, Orgánico Certificado (USDA Organic, Certified Organic by ECOCERT ICO), Sin OGM (Certified Non-GMO), Sin Gluten, Sin Levadura, Sin Soja, Sin Leche, Sin Trigo, Libre de los principales alérgenos (FALCPA Allergen Free) [1, 2, 3, 4, 5, 6, 8].
País de origen	Estados Unidos [8]
Laboratorio	NaturesPlus
Nº Registro	

*** Información técnica destinada a profesionales. Basada en el etiquetado visible del producto.*