

Link do produktu: <https://www.czasnawitaminy.pl/witamina-b-ostrovit-vitamin-b-complex-90-tabs-p-22.html>

Witamina B - Ostrovit Vitamin B complex 90 tabs

Cena	11,50 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	5902232610949
Kod producenta	5902232610949
Kod EAN	5902232610949

Opis produktu

Witamina B Complex 90 tabletek

OstroVit Witamina B Complex to wysokiej jakości suplement diety, który stanowi źródło witamin z grupy B. Preparat został wzbogacony również w witaminę C oraz witaminę E. To produkt dostępny w formie łatwych do połknięcia tabletek, stworzony z myślą o osobach, którym zależy na kompleksowym wsparciu organizmu.

- **Skoncentrowane źródło witamin z grupy B** - preparat dostarcza do organizmu 1,1 mg tiaminy, 1,4 mg ryboflawiny, 16 mg niacyny, 6 mg kwasu pantotenowego, 1,4 mg witaminy B6, 50 ug biotyny, a także 200 ug kwasu foliowego i 2,5 ug witaminy B12.
- **Wzbogacony w witaminę C i E** - suplement diety zawiera 80 mg kwasu L-askorbinowego oraz 12 mg witaminy E.
- **1 porcja = 1 tabletką.**
- **Wydajność** - opakowanie produktu wystarczy na trzy miesiące regularnej suplementacji.
- **Wygodna forma** - preparat dostępny w postaci łatwych do połknięcia tabletek.

OstroVit Witamina B Complex - bogactwo cennych mikrośkładników

Witaminy z grupy B to rozpuszczalne w wodzie związki, które muszą być na bieżąco dostarczane do ustroju, ponieważ organizm nie jest zdolny do ich syntezy. Powszechnie występują w żywności, zarówno w pokarmach pochodzenia zwierzęcego, jak i roślinnego. Tym samym [witaminy z grupy B](#) można znaleźć m.in. w suchych nasionach roślin strączkowych, w mleku i produktach mlecznych, a także w jajach, orzechach, owocach, warzywach i drożdżach.

Do witamin z grupy B należą związki, takie jak tiamina (witamina B1), ryboflawina (witamina B2), [niacyna](#) (witamina B3), kwas pantotenowy (witamina B5), pirydoksyna (witamina B6), biotyna (witamina B7), kwas foliowy (witamina B9), a także kobalamina (witamina B12).

W preparacie OstroVit Witamina B Complex, oprócz witamin z grupy B można znaleźć również **witaminę C**, czyli rozpuszczalny w wodzie związek egzogeny, który zwany jest kwasem askorbinowym. To substancja organiczna z grupy alkoholi polihydroksylowych, która naturalnie występuje w owocach i warzywach, m.in. w aceroli, czarnej porzeczce, cytrynie, kalarepie, natce pietruszki czy czerwonej papryce.

Suplement diety stanowi także źródło **witaminy E** w postaci octanu DL-alfa-tokoferylu. To witamina rozpuszczalna w tłuszczach, co sprawia, że do jej prawidłowego wchłaniania niezbędna jest również podaż tłuszczu. To substancja magazynowana przede wszystkim w tkance tłuszczowej i nadnerczach, która określana jest mianem „witaminy młodości”. Witaminę E można dostarczać do organizmu wraz z codziennym jadłospisem - składnik występuje m.in. w olejach roślinnych, np. w [oliwie z oliwek](#), oleju słonecznikowym czy oleju kukurydzianym, a także w orzechach i zarodkach nasion zbóż.

OstroVit Witamina B Complex to preparat, który stanowi kompleksowe wsparcie ludzkiego organizmu, dostarczając do ustroju zarówno witaminy z grupy B, jak i witaminę C czy witaminę E. To wysokiej jakości produkt, który pomaga zapewnić odpowiednią podaż cennych mikrośkładników.

Właściwości składników zawartych w OstroVit Witamina B Complex

Witaminy z grupy B, oprócz kwasu foliowego, przyczyniają się do utrzymania prawidłowego metabolizmu energetycznego. Dodatkowo większość związków z tej grupy pomaga we właściwym funkcjonowaniu układu nerwowego. Witaminy, takie jak tiamina, niacyna czy kobalamina wspierają utrzymanie optymalnych funkcji psychologicznych a ryboflawina wspiera ochronę komórek przed stresem oksydacyjnym.

Witamina B1 wspomaga właściwą pracę serca, a **witamina B2** pomaga w utrzymaniu prawidłowego stanu błon śluzowych oraz krwinek czerwonych i wspiera zachowanie zdrowej skóry oraz utrzymanie prawidłowego widzenia. Co więcej, zarówno ryboflawina, jak i niacyna przyczyniają się do zmniejszenia uczucia zmęczenia i znużenia.

Obecny w preparacie **kwas pantotenowy** wpływa na prawidłową syntezę i metabolizm hormonów steroidowych, witaminy D i niektórych neuroprzekaźników, a także pomaga w utrzymaniu sprawności umysłowej na odpowiednim poziomie. Z kolei **witamina B6** przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu białka i glikogenu, a także pomaga we właściwym funkcjonowaniu układu odpornościowego i wspiera regulację aktywności hormonalnej.

Wykorzystana w suplemencie diety **biotyna** przyczynia się do utrzymania optymalnego metabolizmu makroskładników odżywczych i pomaga zachować zdrowe włosy i skórę. Natomiast **witamina B12** odgrywa rolę w procesie podziału komórek, a także pomaga w utrzymaniu prawidłowego metabolizmu homocysteiny.

Produkt zawiera także **witaminę C**, która pomaga w prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia właściwego funkcjonowania naczyń krwionośnych, kości, chrząstki i ścięgna, a także skóry i zębów, a dodatkowo zwiększa przyswajanie żelaza i wspiera regenerację zredukowanej formy witaminy E. Co więcej, pomaga w utrzymaniu prawidłowego funkcjonowania układu odpornościowego w trakcie intensywnych ćwiczeń fizycznych i po nich. Z kolei wykorzystana w preparacie **witamina E** przyczynia się do ochrony komórek przed stresem oksydacyjnym.

Spożywać 1 porcję (1 tabletkę) dziennie przed pierwszym posiłkiem.

Nie przekraczać zalecanej dziennej porcji do spożycia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Zalecany jest zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia. Nie spożywać w przypadku uczulenia na którykolwiek ze składników produktu. Produkt nie powinien być stosowany przez dzieci, kobiety w ciąży i matki karmiące. Przechowywać w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Składniki

Substancja wypełniająca: celuloza mikrokrystaliczna; kwas L-askorbinowy (wit. C), skrobia, maltodekstryna, octan DL-alfa-tokoferylu (wit. E), kwas nikotynowy (niacyna), substancje przeciwzbrylające: sole magnezowe kwasów tłuszczowych, dwutlenek krzemu; D-pantotenian wapnia (kwas pantotenowy), ryboflawina (wit. B2), chlorowoderek pirydoksyny (wit. B6), chlorowoderek tiaminy (tiamina), kwas pteroilomonoglutaminowy (kwas foliowy), D-biotyna (biotyna), cyjanokobalamina (wit. B12).

Produkt może zawierać mleko (łącznie z laktozą), soję, orzeszki ziemne, inne orzechy, nasiona sezamu, owies, jaja, skorupiaki, ryby.

Wartość odżywcza

Masa netto produktu: 26 g

Ilość porcji w opakowaniu: 90

Wielkość porcji: 1 tabletkę

Składniki aktywne	Na porcję	% RWS*
Witamina C	80 mg	100%
Niacyna (Witamina B3)	16 mg	100%
Witamina E	12 mg	100%
Kwas pantotenowy (Witamina B5)	6 mg	100%
Witamina B6	1.4 mg	100%
Ryboflawina (Witamina B2)	1.4 mg	100%
Tiamina (Witamina B1)	1.1 mg	100%
Kwas foliowy (Witamina B9)	200 µg	100%
Biotyna (Witamina B7)	50 µg	100%
Witamina B12	2.5 µg	100%

*RWS - Referencyjna wartość spożycia

Producent: OstroVit Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością.

ul. Sitarska 16, 18-300 Zambrów Polska