



I - La menopausia

La edad media de aparición de la menopausia se sitúa en torno a los 50 años. Hoy en día, la esperanza de vida de las mujeres en España supera los 80 años. Por tanto, una mujer va a vivir más de 30 años después de su menopausia.

Hacia los 50 años, la falta de producción de hormonas femeninas tiene como síntomas: sofocos, sudores nocturnos, alteraciones del humor y del sueño, sensación de cansancio...

Existen igualmente efectos a largo plazo de este desequilibrio biológico, principalmente sobre los huesos o el sistema cardiovascular de la mujer.

II - FLAVIA

¿Qué es Italfármaco?

Italfármaco es un laboratorio farmacéutico dedicado desde hace más de una década al cuidado de la salud de la mujer.

Nuestra contrastada experiencia en este campo nos ha proporcionado el conocimiento adecuado para ofrecer un producto plenamente ajustado a las necesidades de la mujer en la fase de menopausia.

¿Qué es FLAVIA?

Flavia es un complemento alimenticio que asocia extracto de soja con un contenido de 40% de isoflavonas de soja, calcio y vitamina D, así como un complejo de tres vitaminas del grupo B.

Papel de los diferentes componentes de Flavia

■ Soja

La soja es una planta que contiene de forma natural una alta concentración de isoflavonas. Estas isoflavonas son hormonas vegetales con una estructura muy parecida a la de las hormo-

nas femeninas y permiten compensar la reducción de las secreciones hormonales.

Numerosos estudios internacionales han demostrado que la mujer asiática, cuya dieta es rica en soja, padece menos sofocos.

El beneficio de un aporte regular de isoflavonas de soja para disminuir los sofocos en la menopausia, está ampliamente documentado.

El aporte regular en el tiempo de estas isoflavonas permite prolongar los efectos beneficiosos.

Las isoflavonas también se encuentran en el té, los guisantes, las lentejas o incluso en el trébol. La soja utilizada en la elaboración de Flavia está garantizada sin organismos genéticamente modificados (OGM).

■ Calcio y vitamina D

El calcio es indispensable para el mantenimiento de la masa ósea. Es el mineral más abundante en el cuerpo humano. Casi todo se encuentra concentrado en el esqueleto.

En la menopausia, las necesidades de calcio aumentan. El aporte de calcio debe incrementarse para evitar la pérdida de masa ósea.

Una alimentación rica en productos lácteos constituye una fuente importante de calcio.

La vitamina D favorece la absorción intestinal del calcio y contribuye a la solidez del hueso.

Una carencia de vitamina D conlleva una deficiente absorción del calcio, sea cual sea la dosis administrada.

La vitamina D se puede sintetizar en la piel por efecto de los rayos ultravioletas del sol.

Los alimentos ricos en vitamina D son los pescados grasos (salmón, arenques...), el hígado, la yema de huevo...



El ejercicio físico al aire libre es un modo excelente de mantener una buena salud ósea.

■ Asociación de vitaminas B6, ácido fólico y B12

El ácido fólico y la vitamina B12 intervienen en el proceso de división y renovación celular. Contribuyen también a la solidez del hueso.

Las tres vitaminas, B6, ácido fólico y B12, intervienen también en el buen funcionamiento del sistema nervioso.

Las vitaminas B6, ácido fólico y B12 no se acumulan en el organismo. Por tanto se recomienda un aporte regular.

Los alimentos ricos en vitamina B6 son el hígado, las legumbres secas y los cereales.

Los alimentos ricos en ácido fólico son el hígado, los frutos secos y las legumbres verdes.

Los alimentos ricos en vitamina B12 son las proteínas de origen animal, en particular el hígado y productos lácteos. Hay que tener en cuenta que ningún producto de origen vegetal contiene vitamina B12.

III - Composición

	por comprimido	% CDR*
Isoflavonas de soja	54,4 mg	-
Calcio	200 mg	25%
Vitamina D	7,5 mcg	150%
Vitamina B6	1,4 mg	100%
Vitamina B9	200 mcg	100%
Vitamina B12	2,5 mcg	100%

* CDR: Cantidad diaria recomendada
Ingredientes: Carbonato cálcico; Extracto seco de soja (40% isoflavonas); Agente de carga: celulosa

microcristalina; Antiaglomerantes: glicerol mono-di-tri behenate, polivinilpirrolidona (E1201), polivinilpolipirrolidona (E1202), dióxido de silicio (E551); Agentes de recubrimiento: hidroxipropilmetilcelulosa, monoglicéridos acetilados, E555; Agentes colorantes: dióxido de titanio (E171); Vitamina D3; Vitamina B6 clorhidrato; Vitamina B12; Ácido fólico.
Peso neto mínimo por cada 30 comprimidos: 25,65 g

IV - Consejos de utilización

Dosis diaria recomendada: Tomar un comprimido de Flavia al día junto con un vaso de agua.

El aporte diario de isoflavonas de soja es de 54,4 mg.

No dude en pedir consejo a su médico o farmacéutico. En algunos casos puede ser necesario darle alguna recomendación particular.

V - Advertencias

No superar la dosis diaria recomendada.

No utilizar como sustituto de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.

Mantener el producto fuera del alcance de los niños.

Consumir preferentemente antes de la fecha indicada en el envase. Conservar en lugar fresco y seco. No se recomienda su uso durante el embarazo.

Envase con 30 comprimidos.

Distribuido por:
ITALFARMACO, S.A.
C/ San Rafael, 3.
28108 Alcobendas (Madrid).
www.flaviamenopausia.com

