



### I - ¿Qué es NATALBEN Lactancia?

Durante la lactancia materna existe un aumento de las necesidades de vitaminas, minerales y oligoelementos para que la producción de la leche materna no altere el estado nutricional de la madre.

Natalben Lactancia es un complemento alimenticio formulado para cubrir los requerimientos nutricionales de la madre a lo largo del periodo de lactancia materna.

### II - Papel de los principales componentes de Natalben Lactancia

- **Ácido Fólico (Vitamina B9):** Durante la lactancia los folatos de la madre pueden disminuir debido a su paso a la leche materna que es la mejor fuente de ácido fólico para el lactante. El ácido fólico contribuye a la función psicológica normal. El ácido fólico también ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga.
- **Vitamina A:** La concentración de vitamina A de la madre disminuye a medida que se prolonga la lactancia. La leche materna es la mejor fuente de vitamina A para el lactante.
- **Vitamina D:** Contribuye a la absorción y utilización normal del calcio. La concentración de vitamina D en leche materna depende de los niveles de vitamina D de la madre.
- **Yodo:** La mujer lactante necesita casi el doble de la cantidad de yodo que un adulto para garantizar que su hijo reciba todo el yodo que necesita a través de la leche. El yodo contribuye a la función cognitiva normal.
- **Calcio:** Las necesidades de calcio de la madre se incrementan considerablemente para mantener los depósitos de sus huesos y hacer frente a las demandas del lactante. El calcio contribuye al metabolismo energético normal y es necesario para el mantenimiento de los huesos en condiciones normales.
- **Hierro:** Contribuye a la formación normal de glóbulos rojos y de hemoglobina. Un aporte adecuado contribuye a que la madre pueda recuperarse del parto y para conseguir los niveles requeridos durante la lactancia.
- **Ácidos Grasos Omega-3:** Son nutrientes necesarios para el organismo y sólo pueden ser ingeridos con la dieta. El DHA contribuye al desarrollo normal del cerebro y ojos del lactante alimentado con leche materna. Se informa a las mujeres en periodo de lactancia de que este efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 200 mg de DHA además de la ingesta diaria recomendada de ácidos grasos omega-3 para los adultos, esto es 250 mg de DHA y de EPA.

### III - Composición

Nutriente	Por dosis diaria 2 cápsulas	% CDR*
Folato	200 µg	100
Vitamina B12	2,5 µg	100
Vitamina B1	1,1 mg	100
Vitamina B2	1,4 mg	100
Niacina	16 mg	100
Acido pantoténico	6 mg	100
Vitamina B6	1,4 mg	100
Biotina	50 µg	100
Vitamina C	80 mg	100
Vitamina A	800 µg	100

\*CDR = Cantidad Diaria Recomendada

Nutriente	Por dosis diaria 2 cápsulas	% CDR*
Vitamina D	5 µg	100
Vitamina E	12 mg	100
Yodo	200 µg	133
Hierro	14 mg	100
Zinc	10 mg	100
Cobre	1000 µg	100
Selenio	20 µg	36
Calcio	200 mg	25
Taurina	40 mg	-
Omega-3 (DHA)	200 mg	-
Omega-3 (EPA)	40 mg	-

**Ingredientes:** Carbonato cálcico, Aceite de pescado (ácidos grasos Omega-3 (DHA/EPA)), Aceites vegetales (soja parcialmente hidrogenada), L-Ascorbato cálcico (vitamina C), Fumarato ferroso, Taurina, Agente estabilizador: cera de abejas amarilla (E-901), Agente emulsionante: lecitina de soja (E-322), Nicotinamida (Niacina), Óxido de Zinc, D-alfa tocoferol (Vitamina E), D-Pantotenato cálcico (Ácido pantoténico), Cianocobalamina (Vitamina B12), Sulfato cúprico, Piridoxina Clorhidrato (Vitamina B6), Palmitato de retinilo (Vitamina A), Riboflavina (vitamina B2), Mononitrato de tiamina (vitamina B1), Yoduro de potasio, Ácido terolimonoglutámico (Folato), Colecalciferol (Vitamina D), D-Biotina, Seleniato sódico.

**Cubierta de la cápsula:** Gelatina; Humectantes: glicerol (E-422), sorbitol (E-420); Colorantes: óxido de hierro rojo (E-172), óxido de hierro negro (E-172) Sin azúcares. Exento de gluten

### IV - Modo de empleo

- Dosis diaria recomendada: tomar dos cápsulas de Natalben Lactancia al día junto con un vaso de agua.
- Se recomienda iniciar la ingesta de este complemento alimenticio desde el comienzo de la lactancia materna.

### V - Advertencias

- Consumir preferentemente antes de la fecha indicada en el envase.
- Mantener el producto fuera del alcance de los niños.
- No superar la dosis diaria recomendada.
- No utilizar como sustitutivo de una dieta variada y equilibrada y un estilo de vida saludable.
- No utilizar en caso de hipersensibilidad al pescado ya que NATALBEN LACTANCIA lleva en su formulación ácidos grasos Omega-3 provenientes del pescado.
- Conservar en lugar fresco y seco.

Envase con 60 cápsulas.

Distribuido por: Italfarmaco, S.A. San Rafael, 3. 28108 Alcobendas (Madrid).