

# Protena

Colágeno Tipo II\*\*\* + EPA/DHA + Vitamina D



## O que é Protena?

Você acaba de adquirir Protena, um suplemento alimentar de colágeno UC-II (substância bioativa), EPA/DHA e vitamina D em cápsula, que auxilia na manutenção da função articular.

## Como Protena deve ser utilizado?

Recomenda-se o consumo de 1 cápsula ao dia, com 200 mL (1 copo) de líquido, preferencialmente água, ou conforme orientação do médico ou nutricionista.

## Qual a importância dos componentes de Protena no organismo?

### • Colágeno UC-II

O colágeno é um grupo de proteínas presente em diversas partes do organismo, como cartilagens, músculos, ossos, e pele, e contribui com a integridade estrutural dos tecidos em que está presente. O colágeno é a macromolécula estrutural mais abundante na matriz extracelular (parte importante da cartilagem articular) e representa cerca de 60% do peso seco da cartilagem. Os colágenos são classificados em diversos tipos, dentre eles, o tipo I e tipo II, que atuam diretamente nas cartilagens. O colágeno tipo II representa 90 a 95% do colágeno na matriz extracelular. Os demais tipos de colágeno também estão presentes, mas contribuem em uma menor proporção.

O colágeno UC-II é uma substância bioativa, que é um nutriente consumido normalmente como componente de um alimento que possui ação metabólica ou fisiológica específica no organismo humano, no caso, as articulações.

UC-II passa por um processo de fabricação patenteado com um sal inerte, que estabiliza a estrutura da proteína, de forma que mantém as fibras do colágeno intactas, auxiliando na flexibilidade das articulações.

Protena possui em sua composição o UC-II, que é um colágeno tipo II não desnaturado, e auxilia na manutenção da função articular.

### • Ômega 3

Os ácidos graxos EPA (ácido eicosapentaenoico) e DHA (ácido docosahexaenoico) são fonte de ômega 3. O EPA e DHA não são produzidos pelo organismo, e então, a única forma de aumentar seus níveis no corpo é através da alimentação (encontrados em peixes e frutos do mar) e de suplementos alimentares.

### • Vitamina D

Seu corpo produz vitamina D quando sua pele é exposta ao sol. A maioria das pessoas obtém pelo menos um pouco de vitamina D dessa forma. No entanto, nuvens, poluição, velhice e protetor solar reduzem a quantidade de vitamina D que sua pele produz. Além disso, sua pele não produz vitamina D da luz do sol que entra pela janela. A alimentação balanceada também garante um aporte de vitamina D. Alimentos como leite e derivados, peixes e cereais fortificados são fontes de vitamina D.

A vitamina D auxilia no funcionamento muscular, na formação de ossos e dentes, na absorção de cálcio e fósforo e auxilia também no funcionamento do sistema imune.

BU150095902 FO 04 07/23

## Quais são os ingredientes de Protena?

Ingredientes: óleo de peixe, colágeno de frango com colágeno tipo II não desnaturado\*\*\*, colecalciferol (vitamina D), emulsificante lecitina de soja. Componentes da cápsula (envoltório): gelificante gelatina, umectante glicerina, corantes dióxido de titânio (INS 171) e azul brilhante FCF (INS 133).

\*\*\* UC-II (40 mg): correspondendo a 10 mg de colágeno total e 1,2 mg de colágeno tipo II não desnaturado.

**ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE SOJA E PEIXE.**

**NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

Não contém lactose. Não contém açúcares.

## Como Protena deve ser armazenado?

Conservar o produto em temperatura ambiente (entre 15 e 30°C), protegido da luz e umidade, também após aberto.

## Saiba mais sobre a saúde osteomuscular

O sistema osteomuscular é formado pela união de dois sistemas, o muscular e o esquelético, e fornece forma, suporte, estabilidade e movimento para o corpo. É constituído pelos ossos do esqueleto, músculos, cartilagem, tendões, ligamentos, articulações e outros tecidos conjuntivos que suportam e ligam tecidos e órgãos.

As articulações são constituídas por diversas estruturas essenciais para seu adequado funcionamento. Dentre elas, destaca-se a cartilagem articular, que é formada principalmente por colágeno, sendo um tecido especializado resistente, flexível e que impede o atrito direto dos ossos provocado pelos movimentos. Assim, é um elemento essencial na distribuição de carga e redução do desgaste ósseo.

## Dicas para sua saúde

Alguns hábitos são recomendados para manter a saúde de suas articulações:

- Pratique atividade física sob orientação de um profissional de saúde para manutenção da sua saúde óssea;
- Alimente-se de forma saudável, equilibrada e rica em colágeno (gelatina, carnes, ovos, frutas cítricas, frutas vermelhas, tomate, pimenta, alguns peixes, como salmão e atum, vegetais de cor verde-escura, como couve, brócolis e espinafre);
- Evite o sobrepeso;
- Garanta a exposição à luz solar para síntese da vitamina D;
- Visite seu médico regularmente.

**achē**