



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. Hacia los 50 años, la reducción de producción de hormonas femeninas da lugar a la aparición de 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.

Durante esta etapa de la menopausia es importante una correcta alimentación incluyendo en particular productos que aporten una fuente de isoflavonas tales como la soja, guisantes, lentejas y té; productos lácteos que constituyen una fuente importante de calcio; pescados grasos, hígado, yema de huevo, legumbres, cereales, frutos secos y proteínas de origen animal que son alimentos ricos en vitaminas tales como B6, B9, B12 y vitamina D.

La práctica diaria de ejercicio físico junto con una dieta variada y equilibrada son medidas que contribuyen a una calidad de vida normal de la mujer durante esta etapa de la menopausia.

### ¿Qué es FLAVIA?

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

### Composición

**Ingredientes:** Carbonato cálcico, Extracto seco de **Soja (Glycine Max (L.) Merr., semillas)**, Agente de carga (celulosa microcristalina), Agentes antiaglomerantes (glicerol mono-di-tri behenate, polivinilpirrolidona (E-1201), polivinilpolipirrolidona (E-1202), dióxido de silicio (nano) (E-551)), Agentes de recubrimiento (hidroxipropilmetilcelulosa, monoglicéridos acetilados de ácidos grasos), Agentes colorantes (dióxido de titanio (E-171)), Vitamina D (colecalciferol, aceite de soja parcialmente hidrogenado, gelatina, sacarosa, almidón de maíz), Vitamina B12 (cianocobalamina, maltodextrinas de maíz), Piridoxina clorhidrato, Ácido pteroilmonoglutámico.

<b>NUTRIENTES</b>	<b>Por dosis diaria (1 comprimido)</b>	<b>% VRN*</b>
Isoflavonas de soja	54,4 mg	
Calcio	200 mg	25%
Vitamina D	7,5 µg	150%
Vitamina B6	1,4 mg	100%
Folato	200 µg	100%
Vitamina B12	2,5 µg	100%

\*VRN = Valor de referencia de nutrientes

### **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 hormonas femeninas.

### **CALCIO Y VITAMINA D**

El calcio 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 calcio es necesario para el mantenimiento de los huesos en condiciones normales.

La vitamina D se puede sintetizar en la piel por efecto de los rayos ultravioletas del sol. La vitamina D contribuye a la absorción y utilización normal del calcio. Además, la vitamina D contribuye al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.

### **FOLATO, VITAMINAS B6 y B12**

Estas vitaminas no se acumulan en el organismo y se recomienda un aporte regular. Todas estas vitaminas contribuyen al metabolismo normal de la homocisteína. Además, ayudan a disminuir el cansancio y la fatiga. Por su parte, la vitamina B6 ayuda a regular la actividad hormonal.

## **Modo de empleo**

---

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

## **Advertencias**

---

No superar la dosis diaria expresamente recomendada.

No usar este producto durante el embarazo.

No debe utilizarse como sustituto de una dieta variada y equilibrada y por un modo de vida sano.

Mantener el producto fuera del alcance de los niños más pequeños.

Conservar en lugar fresco y seco.

Consumir preferentemente antes de la fecha indicada en el envase. La fecha de caducidad se refiere al envase del producto sin dañar.

Envase con 30 comprimidos

Distribuido por:  
ITALFARMACO  
San Rafael, 3

S.A.  
[www.flaviamenopausia.com](http://www.flaviamenopausia.com)