



## Forever Calcium®

El calcio es el mineral más común en el cuerpo, constituyendo cerca de un 2% del total de su peso. La mayoría del calcio, 99%, está localizado en los dientes y huesos, mientras que la parte restante se encuentra en las células nerviosas, la sangre, los tejidos sanguíneos, y otros fluidos del cuerpo. Asociado por mucho tiempo con el crecimiento y mantenimiento de los huesos y dientes, el calcio también es esencial para la coagulación de la sangre y la transmisión de los impulsos nerviosos. El calcio es necesario para el funcionamiento de nuestros músculos y para la liberación de hormonas, incluyendo la insulina. De acuerdo con el USDA, un 75% de los americanos no consume diariamente la cantidad mínima recomendada de calcio.

El calcio es el mineral principal que ayuda en el fortalecimiento de los huesos. Especialmente los niños y adolescentes necesitan una cantidad adecuada de calcio en su dieta, ya que es en los años anteriores a la adolescencia, y durante la adolescencia, cuando se optimiza el almacenamiento de calcio en sus huesos con el fin de desarrollar y preservar la masa ósea que necesitarán más tarde en la vida. Esto es cierto debido a que la máxima masa ósea y el contenido de calcio del esqueleto se alcanzan durante los años de la adolescencia. El calcio en los huesos empieza a disminuir en la adultez temprana, y la pérdida progresiva de calcio en los huesos ocurre a medida que envejecemos, particularmente en las mujeres. Una cantidad adecuada de calcio en la dieta puede ayudar a reducir esa pérdida. Una dieta rica en calcio parece estimular al cuerpo a quemar más grasa y corta la cantidad de grasas nuevas que se almacenan en el cuerpo.

Los cálculos muestran que unos 30 a 50 millones de americanos no toleran la lactosa. Este tipo de personas no puede digerir la lactosa, un azúcar natural que se encuentra en la leche y otros productos lácteos. Debido a ello no consumen suficientes productos lácteos para

satisfacer sus necesidades de calcio. Para individuos que no pueden tolerar ninguna lactosa, o no les apetece los productos lácteos, los suplementos de calcio puede ser una opción. El más efectivo de éstos es el Citrato de Calcio, ya que se disuelve fácilmente en el estómago y se absorbe eficazmente.

Forever Calcium® es una fórmula ultra densa de Citrato de Calcio que suministra a su cuerpo 100% de la ingesta diaria recomendada (RDI) de calcio. Con un toque de sabor a vainilla, la porción diaria de Forever Calcium® contiene 1000 mg de calcio, combinado con vitamina D y magnesio - dos elementos esenciales para maximizar la absorción del calcio. Dos tabletas de Forever Calcium® en el desayuno y dos en la cena son una manera fácil y efectiva de asegurar que usted reciba el calcio necesario para el fomento de una buena salud ósea.

### Información del Complemento

Tamaño de Ración 4 Tabletas  
Raciones por Envase 22

Cantidad por Ración	% Valores Diarios
Calorías 10	
Carbohidratos Totales 2g	<1%*
Fibra Dietética 1g	4%
Vitamina D (como Calcio) 400 IU	100%*
Calcio (Cítrico de Calcio) 1000 mg	100%*
Magnesio (Óxido de Magnesio) 400mg	100%

\* Porcentaje de Valores Diarios están basados en una dieta de 2000 calorías

### Otros Ingredientes:

Fosfato dicálcico, ácido esteárico, sodio croscarmeloso, estearato de magnesio, extracto de soya, ácido cítrico, hidroxipropil metilcelulosa,

sabor natural.

### Contiene Soya.

CONTENIDO  
90 tabletas

### INDICACIONES

Tome tres a cuatro tabletas al día con agua.



- Fórmula de Citrato de Calcio combinada con Vitamina D y Magnesio
- Fácil de digerir y de absorción eficaz
- Una ración diaria ofrece al cuerpo 100% de la RDI de calcio



PRODUCTO #206

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración para el Control de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos (FDA). Estos productos no intentan diagnosticar, mitigar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad específica o clase de enfermedades. Usted debe consultar a su médico si está experimentando problemas de salud.*