

*Dès le jeune âge, les parents
encouragent leurs enfants à boire du lait
pour avoir des dents et des os sains.
Comme adultes, le bon sens nous dicte
de continuer à prendre du calcium.
Si vous n'obtenez pas de votre alimentation
tout le calcium dont vous avez besoin,
alors le Calcium de source naturelle laitière
est un choix naturel susceptible
d'influer favorablement
sur votre santé.*

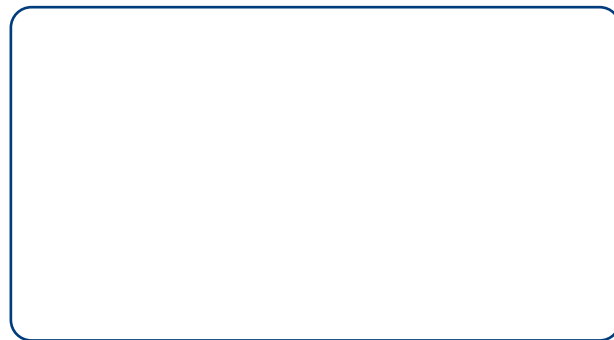
RECHERCHE IMMUNOTEC LTÉE
OFFRE DES
SOLUTIONS NUTRITIONNELLES
POUR FAVORISER VOTRE SANTÉ

Calcium pur de source laitière!



CALCIUM
DE SOURCE NATURELLE
LAIITIÈRE
SUPPLÉMENT DE CALCIUM

www.immunotec.com



Imprimé au Canada
10-2005

Recherche Immunotec Ltée
0200071

Recherche Immunotec^{MD}



CALCIUM
DE SOURCE NATURELLE
LAIITIÈRE

SUPPLÉMENT DE CALCIUM



Calcium pur de source laitière!



Recherche Immunotec Ltée

Le CALCIUM est un élément naturel qui fournit à l'organisme les éléments nutritifs essentiels à la santé et à la robustesse des os. C'est le minéral le plus abondant dans l'organisme, et 99 % se trouve essentiellement dans les dents et les os.

En plus d'assurer la santé du squelette, le calcium est essentiel à de nombreuses fonctions organiques comme la régulation du rythme cardiaque, la contraction musculaire et la relaxation. Les hormones et la vitamine D régissent l'utilisation du calcium par l'organisme; en effet, l'organisme ne peut absorber le calcium sans vitamine D.

La santé des os:

Les recherches sur le rôle du calcium indiquent sa signification marquée au maintien d'une bonne santé. Le calcium aide au maintien des os et des dents (Shils *et al.* 1999; Marz 1997; Krook *et al.* 1972). Le calcium aide également à prévenir la résorption osseuse et l'ostéoporose (Bendich *et al.* 1999; Celotti et Bignamini 1999; Ullom-Minnich 1999).

Le calcium est important pour la santé des os tant chez les hommes que chez les femmes. L'ostéoporose, ou os poreux, se caractérise par une faible masse osseuse et la détérioration structurelle du tissu osseux. Les os deviennent fragiles et sont de plus en plus susceptibles aux fractures, notamment de la hanche, de la colonne et des poignets. Un apport insuffisant en calcium est un facteur important de l'apparition de cette maladie.



Qui est à risque ?

Les femmes courent un plus grand risque que les hommes de souffrir d'ostéoporose. En général, leurs os sont moins robustes et plus poreux, et la perte de la masse osseuse s'accélère à la ménopause. Les femmes perdent de 2 à 5 % de la masse osseuse chaque année, de 5 à 7 ans après la ménopause, puis 1 % par la suite.

Bien que l'ostéoporose soit plus fréquente chez les femmes âgées, cette maladie soumoise peut frapper femmes et hommes dans la force de l'âge.

Besoins de calcium selon l'âge

Les recommandations pour les Nord-Américains ont été révisées en 1997. La National Academy of Sciences et la National Osteoporosis Foundation, organismes américains, recommandent un apport quotidien de calcium de 1 000 à 1 200 mg pour les adultes des deux sexes.

Le tableau ci-dessous présente l'apport quotidien suggéré.

Population	Apport quotidien de calcium suggéré
Enfants (de 4 à 8 ans)	800 mg
Adolescents et jeunes adultes (de 9 à 18 ans)	1 300 mg
Femmes adultes (de 19 à 50 ans)	1 000 mg
Hommes adultes (de 25 à 65 ans)	1 000 mg
Femmes de plus de 50 ans	1 200 mg
Femmes enceintes ou allaitantes	de 1 000 à 1 300 mg

Sources alimentaires de calcium

On sait que la meilleure source de calcium se trouve dans les aliments; cependant, le régime alimentaire de la majorité des gens ne leur permet pas d'atteindre les niveaux optimaux recommandés.

Certains facteurs alimentaires peuvent également agir négativement sur l'apport en calcium, notamment :

- les diètes fréquentes ;
- la consommation excessive de caféine, d'alcool et de sel ;
- la carence en vitamine D (moins de 400 U.I. par jour).

Si vous éprouvez de la difficulté à atteindre les niveaux de calcium quotidiens recommandés par votre seule alimentation, **le Calcium de source naturelle laitière d'Immunotec** peut aider à combler la lacune.



Calcium de source naturelle laitière

Un supplément de calcium unique qui provient du lait, une des sources alimentaires naturelles essentielles. De l'avis des nutritionnistes, les produits laitiers constituent la meilleure source de calcium, et **le Calcium de source naturelle laitière** provient du lait.

Le lait est naturellement riche en calcium, et rien n'est plus naturel que **le Calcium de source naturelle laitière**. Pureté, simplicité et retour aux sources – des caractéristiques qui font du calcium de source laitière le supplément tout indiqué. En voici d'autres :

Pourquoi le Calcium de source naturelle laitière est le bon supplément de calcium

- Les produits laitiers sont la meilleure source de calcium. Le Calcium de source naturelle laitière est du vrai calcium de lait.
- Contient la combinaison idéale de calcium et de vitamine D et a un ratio phosphoreux similaire à l'os humain.
- Plus facilement absorbé que le carbonate de calcium. Contient naturellement du calcium, du phosphore, du magnésium, du potassium et du fer qui soutient l'absorption.
- **Le Calcium de source naturelle laitière** peut être consommé à toute heure du jour, et pas nécessairement aux repas.
- L'organisme absorbe mieux le calcium en petites quantités. Par conséquent, l'idéal est d'en prendre des quantités réduites plusieurs fois par jour. Commencez par un apport quotidien de 250 mg à 500 mg pendant une semaine, puis augmentez la dose graduellement.
- Chaque dose de calcium ne doit pas dépasser 500 mg, car de nombreux aliments en contiennent. En fait, avec son alimentation, l'américain moyen ingère de 500 à 600 mg de calcium quotidiennement. Cela ne sert à rien de dépasser 2 500 mg par jour.
- Il faut éviter les sources de calcium comme les coquilles d'huîtres non raffinées, la poudre d'os ou la dolomite qui peuvent renfermer un taux élevé de minéraux toxiques.

