

La paradoja del calcio

La paradoja del calcio hace referencia a cómo nuestro organismo incorpora este mineral esencial. Una buena utilización del calcio requiere que éste se deposite en las estructuras óseas (huesos y dientes) y permanezca alejado de otros tejidos como puede ser el tejido arterial. Para que el cuerpo integre el calcio de una manera efectiva, es necesaria la incorporación de dos vitaminas: la vitamina D3 y la vitamina K2: la vitamina D3 favorece la absorción del calcio y la vitamina K2 lo dirige a los huesos, evitando depósitos indeseados en arterias. Además del calcio obtenido por la alimentación, existen fuentes de calcio orgánicas que encontramos en los complementos alimenticios como el coral marino fósil, que es una excelente fuente de calcio por su óptima asimilación en el organismo.

En el mes de marzo, hemos elegido los siguientes productos:

- **NutriMK7® huesos:** Vitamina K2 en forma de Menaquinona 7 (MenaQ7®), calcio de coral marino fósil (CoralNatural®) y vitamina D3.
- **NutriMK7® Cardio:** Vitamina K2 en forma de Menaquinona 7 (MenaQ7®), omega-3 (aceite de pescado, Solutex®) y vitamina D3.
- **Vitamina K2 + D3 líquida:** Vitamina K2 en forma de Menaquinona 7 (MenaQ7®), en proporción equilibrada con la vitamina D3. Formato líquido para fácil dosificación.

