



C+ZINC



Es ampliamente reconocido que la vitamina C ayuda a prevenir o acortar la duración de los resfriados. Sin embargo, es menos conocido que el zinc también desempeña un papel crucial en la lucha contra los resfriados y en el fortalecimiento del sistema inmunológico.

El zinc interviene en muchos aspectos del metabolismo celular. Es necesario para la actividad catalítica de cientos de enzimas y contribuye a mejorar la función inmunitaria, la síntesis de proteínas y ADN, la cicatrización de heridas y la señalización y división celular. El zinc también contribuye al crecimiento y desarrollo saludables durante el embarazo, la infancia, la niñez y la adolescencia, y participa en el sentido del gusto

TABLA NUTRIMENTAL:

INGREDIENTE	POR PORCIÓN	% VD
Vitamina C (como ácido ascórbico)	12 mg	13
Vitamina E (acetato d-alfa-tocoferol)	6 mg	40
Zinc (como gluconato de zinc)	1 mg	9
L-Lisina (como L-Lisina HCl)	2 mg	*

OTROS INGREDIENTES: Agua purificada, glicerina orgánica, ácido cítrico, bicarbonato de sodio, ácido cítrico, lecitina de girasol, triglicéridos de cadena media, EDTA, xilitol, steviol (glicósidos de stevia), sabores naturales de naranja y menta, sorbato de potasio.

La vitamina C, o ácido ascórbico, es un nutriente soluble en agua presente en ciertos alimentos. Funciona como antioxidante, protegiendo las células de los daños de los radicales libres, y es esencial para la producción de colágeno, lo que ayuda en la cicatrización de heridas. También mejora la absorción de hierro de fuentes vegetales y apoya el sistema inmunológico.

Por otro lado, la deficiencia de zinc puede afectar múltiples tejidos y órganos, con síntomas que varían según la edad. En bebés y niños, puede manifestarse como diarrea, mientras que en niños mayores, se observa alopecia y retraso en el crecimiento. En poblaciones con baja ingesta de zinc, como en muchos países en desarrollo, esto puede aumentar los riesgos para la salud de mujeres embarazadas y sus bebés. Además, la falta de zinc puede afectar los sentidos del gusto y el olfato, y en adultos mayores, puede retrasar la cicatrización de heridas y afectar la función cognitiva.