

BIOSKD

30 capsule

Modalità d'uso: 1 capsula al giorno, lontano dai pasti

Ingredienti: Lactobacillus Acidophylus 20mld/gr, Magnesio ossido, Lactobacillus Reuterii 50mld/gr, antiagglomerante: Magnesio stearato vegetale, Rame gluconato, Colecalciferolo (Vitamina D3), antiagglomerante: Biossido di silicio, Naftochinone (Vitamina K2). Capsula in gelatina vegetale.

Elementi caratterizzanti per dose giornaliera (1 capsula).	Per dose giornaliera di 1 capsula	*VNR
Lactobacillus Acidophylus	5 mld	--
Lactobacillus Reuterii	5 mld	--
Vitamina D3	1.000 IU	500%
Vitamina K	75 mcg	100%
Rame	2 mg	200%
Magnesio	200 mg	53%

* Valori Nutritivi di Riferimento



La vitamina K principalmente funziona come un coenzima, (cioè una proteina che accelera una reazione) per la sintesi delle proteine coinvolte nella coagulazione del sangue e metabolismo osseo.

La **protrombina**, nota anche come fattore II, interviene nel processo di riparazione dei danni ai vasi sanguigni ed è una proteina vitamina K-dipendente di vitale importanza per la coagulazione del sangue.

Questo spiega perché i pazienti che assumono

anticoagulanti, come il warfarin (Coumadin in Italia), devono evitare la supplementazione di vitamina K.

Anche l'**osteocalcina** è anche una proteina dipendente dalla vitamina K, e svolge un ruolo nella formazione delle ossa e la mineralizzazione.

Per molti anni si è saputo molto poco circa la funzione della vitamina K nelle ossa, ma negli ultimi anni i ricercatori hanno scoperto che sempre più informazioni sulla MGP, cioè la matrice GLA proteica, un'altra proteina sempre dipendente dalla vitamina K e presente nelle pareti dei vasi sanguigni, ossa e cartilagine.

I ricercatori hanno scoperto, in diverse importanti ricerche, che la MGP può contribuire a ridurre l'aterosclerosi, cioè la calcificazione delle arterie che può portare ad ictus ed infarto.

Relazione tra la vitamina D e vitamina K

Tradizionalmente, la vitamina D è nota per il suo ruolo nella salute delle ossa, permettendo una corretta mineralizzazione dello scheletro, tuttavia, negli ultimi dieci anni, i ricercatori hanno scoperto che il mantenimento di livelli di vitamina D sani fornisce anche una miriade di benefici per la salute umana, che vanno dalla riduzione di un rischio di cancro, al trattamento della sclerosi multipla.

Questi effetti straordinari sono da attribuire principalmente alla proprietà anti-infiammatorie e anti-microbiche della vitamina D.

Secondo gli ultimi studi, per massimizzare i benefici della supplementazione di vitamina D e ridurre al minimo il potenziale (teorico) rischio di tossicità, alcuni esperti ritengono fondamentale l'intervento della supplementazione della vitamina K in contemporanea con la D.

Come accennato in precedenza, la vitamina K attiva il MGP, una proteina che aiuta il calcio a dirigersi ai luoghi desiderabili (osso) e tenerlo invece lontano dai luoghi indesiderati (arterie).

In pratica la temuta ipercalcemia da vitamina D diminuirebbe se nel contempo di combina una supplementazione di vitamina K, quindi l'effetto sinergico delle due sostanze sulla salute sarebbe così amplificato di molto.

Ipertensione

I ricercatori hanno determinato che bassi livelli di vitamina D e alti livelli di MGP non carbossilati sono stati associati ad un aumentato rischio di sviluppare ipertensione.

Il rischio di sviluppare ipertensione era molto più diffusa nei soggetti che avevano sia elevati livelli di MGP non carbossilato e sia bassi livelli di vitamina D, rispetto al rischio dei soggetti che avevano solo i livelli bassi di vitamina D o i soggetti che avevano solo alti livelli di MGP non carbossilato.

Quindi essenzialmente, se si prende la Vitamina D insieme alla K il rischio di avere la pressione alta è molto basso, rispetto alla sola assunzione singola delle due sostanze.

Aterosclerosi

I ricercatori hanno scoperto che la supplementazione di vitamina K2 in associazione alla vitamina D ha ridotto la progressione dell'aterosclerosi nei pazienti con malattia renale cronica (CKD) più significativamente rispetto alla sola integrazione con vitamina D.

Cosa fare quindi?

La ricerca indica che la vitamina D e vitamina K lavorano sinergicamente per ottimizzare la salute, in particolare per quanto riguarda lo scheletro e la salute del cuore.