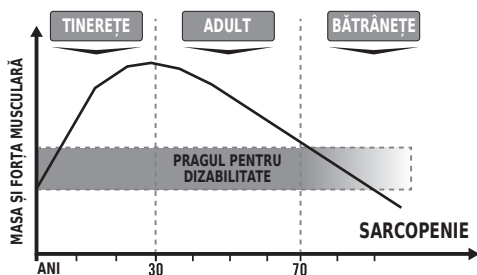


# Sarcodyn®

Sunt situații care implică reducerea masei musculare (sarcopenie), și consecutiv, reducerea forței (dinapenie) și a performanței mușchilor<sup>1,2</sup>.

Reducerea masei și/sau a forței musculare sunt determinate în special de<sup>1</sup>:

- Îmbătrânire (a se vedea graficul 1)<sup>2</sup>
- Perioade lungi de imobilizare
- Dietă săracă
- Lipsa activității fizice
- Activitate musculară intensă



Grafic 1. Reducerea masei și forței musculare odată cu vârsta

Această reducere a masei și forței musculare crește riscul de a suferi accidente, căderi și fracturi, care pot conduce la dizabilitate sau nevoia de îngrijire asistată<sup>1</sup>.

Există anumite ingrediente active în suplimentele alimentare care au roluri importante în menținerea sănătății mușchilor și oaselor:

- **Vitamina D:** contribuie la menținerea sănătății sistemului osos și a funcției normale a sistemului muscular, precum și la creștere și dezvoltare<sup>3,4</sup>.
- **Magneziul:** contribuie la sinteza normală a proteinelor, care este esențială pentru formarea mușchilor<sup>5</sup>. În plus, magneziul contribuie la reducerea oboselei și extenuării.
- **HMB ( $\beta$ -hidroxi- $\beta$ -metilbutirat):** metabolit al aminoacidului L-leucină, care este implicat în sinteza și refacerea proteinelor musculare<sup>6</sup>:

Sinteza proteinelor: ➕ FORMAREA MUSCULARĂ  
Refacerea proteinelor: ➔ PIERDEREA MUSCULARĂ

**SARCODYN®** este un supliment alimentar cu o formulă special creată pentru menținerea funcționării normale a mușchilor prin prezența vitaminei D și a magneziului. Adicional, conținutul de magneziu contribuie la asigurarea unei sinteze adecvate de proteine.

#### **MOD DE UTILIZARE:**

1 pliculeț zilnic dizolvat în 250 ml de apă sau suc. Sarcodyn® este ușor de administrat datorită ambalării în pliculețe.

#### **ATENȚIONĂRI:**

Suplimentele alimentare nu înlocuiesc un regim alimentar variat și echilibrat și un stil de viață sănătos. A nu se depăși doza recomandată pentru consumul zilnic. A nu se lăsa la îndemâna și vederea copiilor mici. A nu se consuma de către femeile însărcinate sau care alăptează și nici de către copii, adolescenți. Acest supliment alimentar este destinat doar adulților. A se păstra într-un loc răcoros, uscat, la o temperatură sub 30°C și ferit de lumină.



Notificare INSP / CRSP  
Iasi Nr 3233/16.05.2022

**actafarma**  
by Kern Pharma  
[www.actafarma.com](http://www.actafarma.com)

10040000892-11

Fabricat pentru Acta Farma, S.L.U.  
Paseo de la Castellana, 156  
28046 Madrid - Spania

Pentru orice informații referitoare la acest produs, vă rugăm să contactați reprezentanța locală a distribuitorului:

ZENTIVA S.A.  
Tel: +4 021.304.72.00  
e-mail: [zentivaRO@zentiva.com](mailto:zentivaRO@zentiva.com)

1. Cruz-Jentoft, A. J., Baeyens, J. P., Bauer, J. M., Boirie, Y., Cederholm, T., Landi, F., ... European Working Group on Sarcopenia in Older People (2010). Sarcopenia: European consensus on definition and diagnosis: Report of the European Working Group on Sarcopenia in Older People. Age and ageing, 39(4), 412-423. 2. Mitchell, W. K., Williams, J., Atherton, P., Larvin, M., Lund, J., & Narici, M. (2012). Sarcopenia, dynapenia, and the impact of advancing age on human skeletal muscle size and strength; a quantitative review. *Frontiers in physiology*, 3, 260. 3. Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to vitamin D and normal function of the immune system and inflammatory response (ID 154, 159), maintenance of normal muscle function (ID 155) and maintenance of normal cardiovascular function (ID 159) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. *EFSA Journal* 2010; 8(2):1468. 4. Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to vitamin D and maintenance of bone and teeth (ID 150, 151, 158), absorption and utilisation of calcium and phosphorus and maintenance of normal blood calcium concentrations (ID 152, 157), cell division (ID 153), and thyroid function (ID 156) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. *EFSA Journal* 2009; 7(9):1227. 5. Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to magnesium and electrolyte balance (ID 238), energy-yielding metabolism (ID 240, 247, 248), neurotransmission and muscle contraction including heart muscle (ID 241, 242), cell division (ID 365), maintenance of bone (ID 239), maintenance of teeth (ID 239), blood coagulation (ID 357) and protein synthesis (ID 364) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. *EFSA Journal* 2009; 7(9):1216. 6. Manjarrez-Montes-de-Oca, R., Torres-Vaca, M.  $\beta$ -hydroxy- $\beta$ -methylbutyrate as a dietary supplement (II): Cell and molecular mechanisms of action. *Nutr. Hosp.* (2015); 31(2):597-605.