**Informacja prasowa**

**Chorzów, 19.06.2024 r.**

**Wpływ witamin D3 i K2 na organizm**

**Witaminy odgrywają kluczową rolę w ludzkim organizmie, w istotny sposób wpływając na zachodzące w nim procesy fizjologiczne i metaboliczne. Uczestniczą w rozkładzie tłuszczów, węglowodanów i białek oraz regulacji gospodarki wapniowo-fosforanowej. Są niezbędne dla prawidłowej pracy układu odpornościowego oraz chronią organizm przed stresem oksydacyjnym, dlatego warto skutecznie zapobiegać ich niedoborom. Szczególnie cennym wsparciem dla zdrowia są witaminy D3 i K2.**

Witamina D3 posiada wiele właściwości – od budowy kości, po wzmocnienie organizmu. Reguluje gospodarkę wapniowo-fosforanową, przez co wspiera utrzymanie prawidłowego poziomu wapnia we krwi oraz kościach. Suplementacja witaminy D3 jest szczególnie istotna w przypadku małych dzieci, przez jeszcze nie do końca rozwinięty układ immunologiczny. To właśnie witamina D3 odpowiada za jego stymulację, co wiąże się z tym, że organizm sprawniej zwalcza czynniki chorobotwórcze, takie jak wirusy czy bakterie. Jej przyjmowanie jest również ważne u osób dorosłych – niedobory mogą prowadzić do osłabienia układu odpornościowego, zwiększać ryzyko chorób kości, układu sercowo-naczyniowego, a nawet chorób nowotworowych. Warto zatem włączyć suplementację tej witaminy do swojej diety niezależnie od wieku. Należy jednak pamiętać o przyjmowaniu odpowiedniej dawki oraz  
o regularności.

Witamina D3 znajduje się przede wszystkim w tłustych rybach morskich, jak łosoś, śledź, tuńczyk czy makrela. Nieco mniejsza jej zawartość jest w jajkach i produktach mlecznych. Ludzki organizm może również tę witaminę wytworzyć sam – pod wpływem promieni słonecznych, a dokładniej poprzez promieniowanie UV z zawartego w skórze 7-dehydrocholesterolu.

Równie ważną rolę ogrywa witamina K, a jej odpowiedni poziom jest niezwykle istotny dla prawidłowego przebiegu wielu ważnych funkcji fizjologicznych. Substancja ta jest jednym z głównych czynników umożliwiających proces krzepnięcia krwi. Działa również hamująco na odkładanie się soli wapniowo-fosforowych w naczyniach krwionośnych oraz zmniejsza ryzyko ich zwapniania i utraty elastyczności. Zbyt mała ilość witaminy K2 lub jej niedobór w organizmie może objawiać się nadmiernym krwawieniem, na przykład z dziąseł czy ran, a także występowaniem u kobiet obfitych krwawień miesiączkowych.

*Witaminy D3 i K2 odgrywają istotną rolę w utrzymaniu zdrowia organizmu, szczególnie pod względem układu kostnego i immunologicznego. Ich odpowiednie spożycie wraz z dietą lub suplementacją może przynieść wiele korzyści zdrowotnych, dlatego warto sięgać po suplementy diety zawierające te witaminy. Unikalne połączenie proponuje EstroVita MEN – to produkt ułatwiający jak najdłuższe zachowanie kondycji, sprawności i sił witalnych. Dzięki zawartości doskonałej proporcji kwasów tłuszczowych z grupy Omega i kompozycji witamin A, D, E i K, wspiera organizm mężczyzn w każdym wieku, dbając o ich mocne i zdrowe kości, prawidłowe funkcjonowanie mięśni i sprawny układ immunologiczny –* mówi **dr n. med. Edyta Blus**, **starsza specjalistka ds. badań i rozwoju w onesano, producencie naturalnych suplementów diety.**

Witaminę K2 można również dostarczyć organizmowi poprzez spożywanie warzyw o ciemnozielonych liściach, jak szpinak, sałata, jarmuż czy brokuły. Innymi źródłami są jajka oraz żółte sery. Należy jednak pamiętać, aby nie przedawkować tej witaminy, ponieważ może sprzyjać niebezpiecznym zakrzepom. Witaminę D3 i K2 można przyjmować oddzielnie, jednak powinny być suplementowane razem – łącząc się, wzmacniają swoje działanie.

**\*\*\***

**Onesano** jest firmą biotechnologiczną, zaawansowanym i innowacyjnym producentem **naturalnych suplementów diety.** Sercem onesano są zakłady produkcyjne zlokalizowane w Czechowicach-Dziedzicach,posiadające własne laboratorium oraz wykwalifikowaną kadrę specjalistów. To dzięki nim onesano może szczycić się autorskimi recepturami, opatentowanymi składami i innowacyjnymi rozwiązaniami technologicznymi. Produkcja jest realizowana w oparciu o najwyższe standardy, z poszanowaniem środowiska naturalnego. Bazę linii produkcyjnych stanowi EstroVita – w 100% roślinny suplement diety zawierający kwasy omega 3,6,9, pozyskany z mieszaniny co najmniej czterech olejów, wzbogacony o naturalne witaminy oraz PostVital, suplementy diety zawierające unikalny postbiotyk **drożdży** *Yarrowia lipolytica* wpisany na listę Novel Food. Onesano jest firmą z polskim kapitałem, prowadzącą produkcję w naszym kraju i w pełni kontrolującą cały proces produkcyjny. Głównym obszarem działalności jest produkcja naturalnych suplementów diety w postaci bioestrów i unikalnego postbiotyku oraz funkcjonalnych dodatków do żywności zorientowanych na rynek spożywczy. Firma produkuje również preparaty dla zwierząt towarzyszących oraz posiada dedykowaną ofertę produktową dla rolnictwa. Siedziba przedsiębiorstwa mieści się w **Chorzowie.**

**Więcej informacji:**

[**www.onesano.pl**](http://www.onesano.pl)

**Kontakt dla mediów:**

Bartosz Sosnówka

E: [bartosz.sosnowka@dwapiar.pl](mailto:bartosz.sosnowka@dwapiar.pl)

M: 517 476 361