

## Como tomar o Mildê®?

Crianças entre 1 e 8 anos: consumir 1 gota por dia.

Adultos, gestantes, lactantes, idosos e crianças acima de 9 anos: ingerir 1 a 2 gotas por dia.

O produto pode ser gotejado e ingerido com bebidas como: água, sucos, chás e café.

Para ingestão de doses maiores, procure acompanhamento de um médico.

O tempo de uso do suplemento deve ser determinado por critério médico.

Referências: [1] ALSHAHRANI, Fahad; ALJOHANI, Naji. Vitamin D: deficiency, sufficiency and toxicity. *Nutrients*, v. 5, n. 9, p. 3605-3616, 2013. [2] TAKEDA, Shu et al. Stimulation of osteoclast formation by 1, 25-dihydroxyvitamin D requires its binding to vitamin D receptor (VDR) in osteoblastic cells: studies using VDR knockout mice. *Endocrinology*, v. 140, n. 2, p. 1005-1008, 1999. [3] MEYER, Mark B.; GOETSCH, Paul D.; PIKE, J. Wesley. Genome-wide analysis of the VDR/RXR cistrome in osteoblast cells provides new mechanistic insight into the actions of the vitamin D hormone. *The Journal of steroid biochemistry and molecular biology*, v. 121, n. 1-2, p. 136-141, 2010. [4] BJÖRK, Anne. Aspects of Vitamin D: Prevalence of deficiency and impact on musculoskeletal parameters. 2017. Tese de Doutorado. *Acta Universitatis Upsalensis*. [5] BACON, C. J. et al. High-dose oral vitamin D3 supplementation in the elderly. *Osteoporosis international*, v. 20, n. 8, p. 1407, 2009.

## O que é o Mildê®?

Mildê® é um suplemento vitamínico com alto teor de vitamina D3 (coleciferol) em gotas, para uso oral.

- Cada gota do Mildê® é equivalente a 1.000 UI de vitamina D.
- Mildê® está disponível em embalagem de 10ml.

## Para que serve o Mildê®?

Mildê® (Laboratório Gross) é um suplemento especialmente desenvolvido para auxiliar e suprir as necessidades de vitamina D, elemento essencial para a manutenção da saúde óssea, do funcionamento muscular e do sistema imune.

Recomenda-se o uso de Mildê® para crianças acima de 1 ano, adultos, gestantes, lactantes e idosos.

Sua comodidade posológica permite uma suplementação adequada específica para as necessidades de cada paciente.

## **Por que Mildê® é importante para o funcionamento do organismo?**

A vitamina D está diretamente envolvida na formação óssea, na reabsorção, na mineralização e na manutenção da função neuromuscular. Suas principais utilidades são a regulação e a manutenção dos níveis plasmáticos de cálcio e fósforo no organismo, micronutrientes necessários para manter ossos, dentes e músculos saudáveis. Dessa forma, a vitamina D garante aumento da captação intestinal desses micronutrientes e minimiza a perda renal, estimulando, assim, a reabsorção óssea.<sup>1</sup>

O colesteciferol (vitamina D3) pode ser obtido naturalmente a partir do metabolismo do colesterol da pele – por meio de exposição solar, ou através de dieta.

É a partir do colesteciferol que é obtida a forma ativa da vitamina D, o calcitriol. Com o calcitriol circulando no sangue, viabiliza-se a absorção de cálcio e fósforo pelo intestino. Dessa forma,

o calcitriol desempenhará papéis fundamentais, tais como: (1) estimular a formação de células ósseas e a síntese de proteínas importantes ao funcionamento osteomuscular; e (2) possibilitar a remoção de cálcio e fosfato 'antigos', abrindo espaço para o cálcio e o fosfato 'novos' trazidos pela corrente sanguínea, mecanismo necessário para a manutenção da saúde óssea.<sup>2,3</sup>

## **A quantidade de vitamina D que se obtém por meio da dieta e/ou da exposição solar é a ideal?**

Normalmente sim. Porém, é muito comum a deficiência de vitamina D em alguns grupos populacionais, especialmente crianças, gestantes e lactantes.

A deficiência de vitamina D é especialmente crítica em idosos, uma vez que o envelhecimento reduz a capacidade da pele de produzir vitamina D, ao mesmo tempo em que a demanda por essa vitamina aumenta nessa fase da vida.<sup>4,5</sup>