

VITAMINA K2 (MK-7)

Identificação

Fórmula Molecular: $C_{46}H_{64}O_2$

PM: 648.49

CAS: 2124-57-4

Sinônimo: Menaquinona

Fator de correção: Verificar no certificado de análise

Uso: Interno

Introdução

A vitamina K é classificada como lipossolúvel e se apresenta sob as formas de filoquinona (K1-predominante), dihidrofiloquinona (dK), menaquinona (K2) e menadiona (K3). É absorvida no intestino delgado e transportada pelas vias linfáticas. Necessita de um fluxo normal de bile e suco pancreático, além de um teor adequado de gordura na dieta. Alguns fatores podem interferir em sua absorção, como: má absorção gastrointestinal, secreção biliar, ingestão insuficiente e uso de anticoagulantes, entre outros. (Klack e Carvalho, 2006).

Menaquinona (vitamina K2), é uma subclasse da Vitamina K, sintetizada por bactérias, podendo variar de MK4 a MK13 (série de vitaminas designadas MK-n, sendo n o número de resíduos isoprenóides). A deficiência da vitamina K é detectada através de sintomas como hemorragias, equimoses, melena, hematúria, hematêmese e osteoporose (Dores, et al, 2001).

A Vitamina K2 (menaquinona), exerce importante função na saúde óssea e cardiovascular. É responsável pelo equilíbrio e aproveitamento do cálcio ingerido e absorvido pelo nosso organismo, direcionando-o para a matriz óssea e inibindo a deposição indesejada de cálcio nas paredes dos vasos sanguíneos. A suplementação com vitamina K2 contribui na manutenção dos ossos e na coagulação do sangue.

Através de estudos foi demonstrado que a vitamina K2 tem efeito no aumento da sobrevida das pessoas. Foi verificado que as pessoas que tiveram uma alta ingestão de vitamina K2 reduziram a metade o risco de morte por doença coronariana e de calcificação das artérias em relação às que tiveram pouca ingestão (Geleijnse et al, 2004).

Indicações/Propriedades

- Manutenção da saúde dos ossos;
- Auxiliar na proteção dos ossos contra fraturas;
- Auxiliar na prevenção da perda óssea na pós-menopausa;
- Impedir a calcificação artérias;
- Promover coagulação sanguínea.

Posologia

A dosagem usual preconizada é de 50 à 100 mcg por dia.



Comprar
AGORA!

Sugestões Magistrais

Suplementação de Vitamina K2

Vitamina K2.....25 mcg
Excipiente qsp1 cápsula

Posologia: Tomar 1 cápsula 2x/dia, com água.

Suplementação de vitaminas lipossolúveis

Vitamina K2.....25 mcg
Vitamina D.....2000 UI
Vitamina A.....5000 UI
Excipiente qsp.....1 cápsula

Posologia: Tomar 1 cápsula ao dia, com água

Vitamina K2 em Osteoporose

Vitamina K2.....50 mcg
Vitamina D.....1000 UI
Calcio quelato.....500 mg
Magnésio quelato.....100 mg
Boro quelato1 mg
Excipiente qsp.....1 cápsula

Posologia: Tomar 1 cápsula ao dia, com água

Referências

Dores SMC, Paiva SAR, Campana AO: Vitamina K: metabolismo e nutrição. Rev Nutr 14: 207-18, 2001. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1415-52732001000300007&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 13/06/2019

Klack, K., Carvalho, J.F., 2006. Vitamina K: metabolismo, fontes e interação com o anticoagulante varfarina. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbr/v46n6/07.pdf>. Acesso em: 14/06/2019.

Scheiber D, Veulemans V, Horn P, Chatrou ML, Potthoff SA, Kelm M, Schurgers LJ, Westenfeld R., High-Dose Menaquinone-7 Supplementation Reduces Cardiovascular Calcification in a Murine Model of Extraosseous Calcification

Geleijnse JM, Vermeer C, Grobbee DE. et al. Dietary intake of menaquinone is associated with a reduced risk of coronary heart disease: the Rotterdam Study. J Nutr 134, 3100-3105, 2004.

Alcântara - Rua Yolanda Saad Abuzaid, 150, lojas 118/119. Telefone (21) 2601-1130

Centro / Zé Garoto - Rua Coronel Serrado, 1630, lojas 102/103. Telefone (21) 2605-9480



vendas@farmacam.com.br



WhatsApp (21) 2604-7350



Facebook.com.br/farmacam



Instagram.com.br/farmacam