



Une assurance nutritionnelle

... pour votre enfant

L'enfance est une période de croissance et de développement constants pendant laquelle se forment les os, les dents, la peau, les muscles, les yeux et le cerveau — les organes et les parties du corps qui nous servent pendant toute la vie. La nutrition joue un rôle important dans le développement adéquat; entre autres, les vitamines et les minéraux constituent des composantes de base essentielles.

Il est clair que la meilleure façon pour les enfants d'obtenir les vitamines et les minéraux dont ils ont besoin est l'adoption d'un régime alimentaire sain. Les fruits et légumes, les légumineuses, les viandes maigres, les poissons et les produits laitiers sont parmi les aliments les plus denses en éléments nutritifs pour des enfants en pleine croissance. Les vitamines et les minéraux que contiennent ces aliments se présentent sous une forme reconnue et absorbée facilement par le corps humain.

Le défi consiste à faire en sorte que les enfants consomment des aliments sains tous les jours. Tous les parents savent que les enfants peuvent être difficiles à satisfaire lorsqu'il s'agit d'alimentation. Même les enfants qui ont les meilleures habitudes

alimentaires ne se nourrissent pas correctement en tout temps. Les aliments transformés à forte teneur en matières grasses et sucres nocifs prédominent dans notre culture. Ils sont conçus pour plaire aux papilles gustatives des enfants, mais ils ne fournissent pas les éléments nutritifs nécessaires pour une croissance optimale. De plus, bon nombre d'aliments à teneur traditionnellement élevée en éléments nutritifs, comme le riz, ont été vidés d'une bonne partie de leur contenu nutritif le plus précieux par les méthodes modernes de transformation des aliments.

C'est pourquoi un apport complémentaire des vitamines et des minéraux les plus importants peut servir d'assurance nutritionnelle pour les enfants en assurant qu'ils obtiennent les éléments nutritifs dont ils ont besoin, même s'ils ne s'alimentent pas comme le prévoient leurs parents. Les vitamines D et C, le calcium et la famille des vitamines B font partie des éléments les plus critiques pour le développement des enfants.

Vitamine D — Produite par l'organisme exposé au soleil, la vitamine D aide le corps à utiliser le calcium pour le développement et l'entretien des os des enfants. Jusqu'à récemment, le gouvernement américain recommandait aux enfants une ingestion quotidienne de 200 UI de vitamine D pour prévenir les maladies graves. Aujourd'hui, après un réexamen des études courantes sur la vitamine D, l'American Academy of Pediatrics recommande une ingestion quotidienne minimale de 400 UI de vitamine D à tous les enfants, de la naissance à l'adolescence.

Un apport complémentaire de vitamine D est particulièrement important pour les enfants canadiens. En raison de brièveté des périodes d'exposition au soleil entre octobre et avril, il peut être difficile pour tous les Canadiens d'obtenir des niveaux optimaux de « vitamine du soleil ».

Vitamine C — Un apport complémentaire de cette vitamine bien connue est particulièrement important pour les enfants qui ne consomment pas suffisamment de fruits et de légumes. La vitamine C est importante pour le développement et l'entretien des os, des cartilages, des dents et des gencives des enfants. Elle est également importante

pour la formation des tissus conjonctifs, l'accélération de la guérison des plaies et l'amélioration de la santé du système immunitaire, ainsi qu'à titre d'antioxydant protecteur.

Calcium — Ce minéral participe au développement et à l'entretien des os et des dents, en particulier chez les enfants, les adolescents et les jeunes adultes. Le calcium, la vitamine D et le magnésium collaborent à titre d'équipe de renforcement des os. Les compléments de calcium sont particulièrement importants pour les enfants allergiques au lait.

Complexe vitaminique B — Les vitamines B sont importantes pour le système nerveux, la formation des tissus et la métabolisation des glucides, des matières grasses et des protéines. Les enfants qui consomment une grande quantité d'aliments contenant des sucres raffinés et des amidons peuvent être appauvris en vitamines B.

Deux vitamines B, l'acide folique et la vitamine B12, participent à la formation des globules rouges.

La choline, un élément nutritif lipotrope souvent associé aux vitamines B, a fait l'objet d'études de son efficacité pour aider les enfants à combler des écarts de développement neurologique.

Les éléments nutritifs suivants sont également importants.

Vitamine A et bêta-carotène — Ces composés connexes jouent un rôle important dans l'entretien de la vue, le développement de la vision nocturne et la santé du système immunitaire.

Magnésium — Ce minéral collabore avec le calcium au développement des os et au fonctionnement des muscles.

Chrome — Ce minéral aide l'organisme à métaboliser les matières grasses et les glucides et il soutient la métabolisation saine du glucose.

Iode — L'iode aide la glande thyroïde à mieux fonctionner.

Zinc — Le zinc participe à l'entretien de la fonction immunitaire et de la santé de la peau.



Multivitamines et minéraux Kids'-First



Les enfants aimeront le goût et les parents aimeront les ingrédients.

- ✓ Délicieux comprimés à croquer en forme de chiot
- ✓ Arômes d'orange, de raisin et de fraise
- ✓ Arômes et colorants naturels
- ✓ Sans sucralose
- ✓ Contient de véritables poudres de fruits et de légumes
- ✓ Approuvé par Santé Canada (NPN 80007765)

Ingrédients médicinaux :

Chaque comprimé à croquer contient :

Bêta-carotène	37,5 mcg EAR / 250 UI
Vitamine A (palmitate)	227 mcg EAR / 750 UI
Vitamine D3 (cholécalfiérol)	5 mcg / 200 UI
Vitamine C (acide ascorbique)	100 mg
Vitamine E (succinate acide du (+)-alpha-tocophérol)	3,35 mg ATE / 5 UI
Vitamine B1 (mononitrate de thiamine)	1 mg
Vitamine B2 (riboflavine)	1,5 mg
Niacinamide	2,5 mg
Acide pantothénique	2,5 mg
Vitamine B6 (chlorhydrate de pyridoxine)	1 mg
Vitamine B12 (cyanocobalamine)	2,5 mcg
Acide folique	100 mcg
Biotine	3 mcg
Choline	1 mg
Inositol	2,5 mg
Calcium (citrate, carbonate)	50 mg
Magnésium (oxyde)	20 mg
Zinc (citrate)	2,5 mg
Cuivre (citrate)	250 mcg
Iode (iodure de potassium)	66,5 mg

Ingrédients non médicinaux :

Fructose, xylitol, Stevia rebaudiana, dextrose, arômes de fruits et de légumes (poudre de feuille d'épinard, poudre de brocoli, poudre de tomate, poudre de carotte, poudre de mangue, poudre de jus d'ananas, cerise des Antilles, kiwi), acide citrique, arômes naturels (orange, raisin, fraise), stéarate de magnésium, curcuma et carmin (colorants naturels).

Usage recommandé :

Contribue au maintien d'une bonne santé, à la croissance et au développement normaux des enfants, au maintien de la santé de la vue, de la peau, des membranes et de la fonction immunitaire, ainsi qu'au développement et à la conservation des os et des dents, en particulier chez les enfants.

Posologie :

Enfants de 2 à 12 ans : Croquer 2 comprimés par jour au moment des repas, quelques heures avant ou après la prise d'autres médicaments.

Une combinaison saine!

**Omega Kids'-First
+ Multivitamines Kids'-First
= une combinaison saine**

Les multivitamines Kids'-First aident les enfants à répondre à leurs besoins nutritionnels quotidiens en matière de vitamines et de minéraux. Toutefois, il est aussi important que les enfants consomment les acides gras oméga-3 dont leur cerveau a besoin. C'est pourquoi la gamme de produits Kids'-First de Health First® propose aussi un complément quotidien d'oméga-3 provenant d'huile de poisson de qualité élevée. Omega Kids'-First a été analysé de manière indépendante par le programme IFOS (International Fish Oil Standards) pour en vérifier la pureté et la sécurité. Pour plus d'information, on peut visiter le site www.ifosprogram.com.

Les multivitamines et Omega Kids'-First répondent aux besoins nutritionnels de vos enfants.

Qualité vérifiée par



International Fish Oil Standards



Les produits Health First® sont offerts exclusivement par

