

## Osiguranje za vašu prehranu

Sa obzirom na današnju užurbanost nije uvek moguće garantovati da ćemo u hrani dobiti potrebne količine svih hranjivih tvari koje trebamo. Dodaci prehrani mogu pomoći da budemo sigurni da u svakodnevnoj prehrani dobijamo esencijalne vitamine, minerale i ostale vitalne nutrijente.

### Dodaci prehrani

Svakodnevno uzimanje multivitaminskog dodatka je odličan način da osigurate dobijanje minimalnih količina različitih nutrijenata. To je isto tako odlična osnova za sastavljanje ili prilagođeno sistema dodataka prehrani kojim možete optimizovati količine nutrijenata i postići maksimalne koristi.

Mnogi ljudi u svojoj hrani ne dobijaju službeno preporučenu dnevnu količinu (RDA - Recommended Daily Allowance) hranjivih tvari. RDA se temelji na minimalnim količinama nutrijenata koje su potrebne da bi se izbegao njihov manjak u organizmu. Osobe koje su na dijeti naročito često ne konzumiraju odgovarajuće količine nutrijenata.

Uzimanjem dodataka prehrani možete osigurati da dobijate preporučene količine vitamina i minerala. Da biste optimizovali svoju prehranu, odaberite dodatke prehrane napravljene od kvalitetnih sastojaka koji odgovaraju vašim ličnim potrebama.