

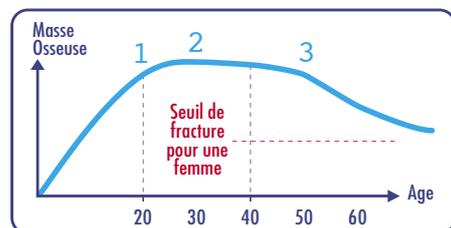
Santé

On pense souvent que les bienfaits du calcium et de la vitamine D sont réservés aux enfants mais c'est à tout âge qu'il est indispensable d'en consommer suffisamment pour la santé de ses os.

80% des femmes manquent de calcium.

LE SAVIEZ-VOUS ?

1. Vous avez jusqu'à 20/25 ans pour vous constituer votre capital osseux. Après vous devez l'entretenir.
2. Enceinte, vos besoins en calcium augmentent car vous devez aussi constituer le capital osseux de votre enfant.
3. A la ménopause, vous puisez dans ce précieux capital, d'où un risque de fragilisation de vos os à terme.



+ DE 130 000 FRACTURES PAR AN !

Cols du fémur, poignets, vertèbres,... Tous les ans, plus de 130 000 fractures sont dues à l'ostéoporose. Après la cinquantaine, près d'une femme sur deux aura au cours de sa vie une fracture liée à la fragilisation de ses os. C'est pourquoi la prévention nutritionnelle a beaucoup d'importance, et ce à tous les âges de la vie.

CALCIUM ET VITAMINE D, UNE PRIORITÉ NATIONALE !

Pour veiller sur son capital osseux, le calcium ne suffit pas. Il faut également s'assurer d'un apport suffisant en vitamine D qui favorise l'absorption du calcium et sa fixation sur les os. La pratique d'une activité physique régulière est également recommandée.



**TESTÉ
CLINIQUEMENT**

En France, plus de 80% des femmes ont des apports en calcium et en vitamine D inférieurs aux Apports Nutritionnels Conseillés (ANC)**. Ainsi dès 2001, le Plan National Nutrition et Santé (PNNS) a inscrit la consommation de calcium et la réduction des déficiences en vitamine D parmi les priorités de santé publique.

CALIN, POUR RENFORCER SON CAPITAL OSSEUX

Le fromage blanc Calin vous garantit 151mg de calcium pour 100g alors qu'un fromage blanc standard 20% n'en contient que 120mg. Et contrairement à d'autres, il est enrichi en vitamine D ! Calin existe en pots familiaux (500g et 1kg) et individuels (12x100g et 8x100g).

CALIN, TESTÉ CLINIQUEMENT !

L'os est un tissu vivant en perpétuel renouvellement. Notre charpente osseuse est au cœur d'un processus constant de destruction et de reconstruction : c'est ce que l'on appelle le remodelage osseux. A partir de 50 ans, la perte osseuse s'accélère et les os peuvent se fragiliser.

Une étude clinique pilote*** a mesuré l'effet de la consommation quotidienne de 2 pots de 100g de fromage frais CALIN au lait demi-écrémé sur les principaux paramètres biologiques du remodelage osseux. Les résultats montrent une réduction significative des marqueurs de la perte osseuse.

**+25% DE CALCIUM*
ET DE LA VITAMINE D**



* Par rapport à d'autres fromages blancs standards.

** CREDOC, enquête CCAF 2004.

*** Etude n° 2006-A00301-50 réalisée sur 34 femmes ménopausées pendant un mois.