

# Elektrolyty JUNIOR



Świat Zdrowia

tabletki musujące  
o smaku malinowo-truskawkowym



**Utrzymanie równowagi elektrolitowej**  
(magnez)  
**i zmniejszenie uczucia zmęczenia**  
**i znużenia**  
(magnez, witamina C)

**Polecany dla dzieci po 3. roku życia**

Bez cukru  
Zawiera substancję słodzącą

## Składniki preparatu wpływają korzystnie na:

- utrzymanie równowagi elektrolitowej (magnez)
- zmniejszenie uczucia zmęczenia i znużenia (magnez, witamina C)

**Zalecana do spożycia dzienna porcja preparatu:** 1 tabletkę 2 razy dziennie, rozpuścić w szklance (200 ml) chłodnej wody. Spożyć bezpośrednio po przyrządzeniu.

Po rozpuszczeniu tabletki może pojawić się osad i (lub) piana. Jest to naturalna cecha i nie stanowi ona wady produktu.

**Składniki:** regulator kwasowości: kwas cytrynowy; substancja wiążąca: sorbitole; diwęglan sodu (sód); sole magnezowe kwasu cytrynowego - cytrynian magnezu (magnez); chlorek potasu (chlorek, potas); regulator kwasowości: kwas jabłkowy; koncentrat buraka czerwonego; wyciąg z owoców aceroli (*Malpighia glabra* L.) standaryzowany na zawartość 25% witaminy C, DER 12.; aromat malinowy naturalny; aromat truskawkowy naturalny; substancja wiążąca: glikol polietylenowy; substancja słodząca: sukraloza; koncentrat soku z malin; koncentrat soku z truskawek; chlorowodorek pirydoksyny (wit. B6); monoazotan tiaminy (tiamina).

**Ostrzeżenie:** nie przekraczać zalecanej porcji dziennej. Nie stosować w przypadku uczulenia na któryś ze składników preparatu. Spożycie w nadmiernych ilościach może mieć efekt przeczyszczający. Ważne jest stosowanie zbilansowanej i różnicowanej diety oraz prowadzenie zdrowego trybu życia. Preparat nie może być stosowany jako substytut różnicowanej diety.



BEZ CUKRU

STANDARYZOWANY  
WYCIĄG Z OWCÓW ACEROLINATURALNE  
AROMATY

## Czy wiesz, że...

Woda stanowi podstawowe środowisko dla przebiegu wszystkich procesów życiowych, a w czasie upałów reguluje temperaturę ciała<sup>1</sup>. Latem, wskutek intensywnego wydzielania potu, organizm traci więcej wody, a wraz z nią cenne elektrolity<sup>2</sup>. Elektrolity to składniki mineralne obecne w płynach komórkowych, są to np.: potas, sód, magnez, wapń, chlorki, fosforany, wodorowęglany<sup>2</sup>. Zbyt małe spożycie płynów oraz elektrolitów może skutkować odwodnieniem<sup>1, 2</sup>. Dzieci są szczególnie narażone na szybkie pojawienie się objawów odwodnienia<sup>1</sup>. Należy zachęcać je do regularnego picia wody w ciągu dnia, ponieważ organizm nie jest w stanie jej magazynować<sup>1</sup>. Najlepszym wyborem będzie woda mineralna, która jednocześnie uzupełnia elektrolity<sup>2</sup>. Warto sięgać także po soki zarówno owocowe, jak i warzywne, bogate w minerały<sup>2</sup>. Zwiększona aktywność fizyczna i wysoka temperatura otoczenia powodują zwiększone zapotrzebowanie organizmu na wodę<sup>1</sup>. Należy zadbać o to, by dziecko zawsze miało w plecaku butelkę wody, co umożliwi mu zaspokojenie pragnienia w każdej chwili<sup>1</sup>. Źródłem wody i elektrolitów w diecie człowieka są nie tylko płyny, ale również produkty spożywcze<sup>1, 2</sup>. Warto zachęcać dzieci do częstego spożywania warzyw i owoców, szczególnie latem, kiedy są łatwo dostępne<sup>1, 2</sup>. Zawierają dużo wody (nawet do 95 proc.), a dodatkowo są źródłem elektrolitów<sup>1, 2</sup>. Należy też sięgać po produkty będące źródłem potasu (pomidory, orzechy, nasiona, ziemniaki), magnezu (produkty zbożowe, nasiona roślin strączkowych, orzechy, kakao)<sup>2</sup>. Głównym źródłem wapnia są produkty mleczne, dlatego latem warto gasić pragnienie kefirem czy masłanką<sup>2</sup>.

Przypisy:

<sup>1</sup> Taraszewska A., Powrót do źródła, czyli kilka słów o wodzie, 2017, <https://ncez.pzh.gov.pl/dzieci-i-mlodziez/powrot-do-zrodla-czyli-kilka-slow-o-wodzie/>. Dostęp: 16.07.2025 r.

<sup>2</sup> Rychlik E., Elektrolity na lato, 2018, <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/elektrolity-na-lato/>. Dostęp: 16.07.2025 r.



Składnik	2 tabletki
Sód	400 mg
Potas	300 mg (15% RWS*)
Chlorek	272 mg (34% RWS*)
Wyciąg z owoców aceroli, w tym witamina C	200 mg 50 mg (62,5% RWS*)
Magnez	120 mg (32% RWS*)
Witamina B6	1,4 mg (100% RWS*)
Tiamina	1,1 mg (100% RWS*)

\* RWS – Referencyjna Wartość Spożycia

Numer partii, najlepiej spożyć przed końcem – na spodzie kartonika.

Zawartość: 20 tabletek musujących.

**Przechowywanie:** w temperaturze 0-25°C, w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić przed światłem i wilgocią.

**Producent:** Synoptis Pharma Sp. z o.o.  
ul. Krakowiaków 65, 02-255 Warszawa  
[www.synoptispharma.pl](http://www.synoptispharma.pl)

## Poznaj inne produkty marki Świat Zdrowia

ZYWIWOŚĆ SPECJALNEGO  
PRZEZNACZENIA MEDYCZNEGO



Elektrolyty Junior

SUPLEMENTY DIETY



Multiwitamina dla dzieci 4+