

# VITAMINA B12

## FICHA TÉCNICA



<b>NOMBRE DEL PRODUCTO</b>	Cianocobalamina, cobalamina, cobamamida.
<b>CAS #</b>	68-19-9
<b>FÓRMULA MOLECULAR</b>	C <sub>63</sub> H <sub>88</sub> CoN <sub>14</sub> O <sub>14</sub> P
<b>NOMBRE IUPAC</b>	(5,6-dimethyl-1,3,7,9,11,15-hexaazacyclotetradeca-2,4,6,8,10,12,14-heptaenato)cobalt(III)
<b>ADITIVO ALIMENTARIO</b>	No aplica
<b>FECHA DE REVISIÓN</b>	14 05 2024

## 1. DESCRIPCIÓN

La vitamina B12 en polvo es una forma sintética de cianocobalamina, una vitamina hidrosoluble esencial para el funcionamiento adecuado del organismo humano. Esta formulación con dextrosa presenta en una forma altamente concentrada y estable de vitamina B12. La cianocobalamina es conocida por su capacidad para desempeñar un papel clave en la síntesis de ácidos nucleicos y la maduración de glóbulos rojos. Se utiliza comúnmente como ingrediente en la fabricación de productos cosméticos y suplementos nutricionales, especialmente aquellos destinados a mejorar la salud de la piel y el sistema nervioso.

## 2. PROPIEDADES

- Es esencial para la síntesis adecuada de glóbulos rojos en la médula ósea. Una deficiencia de vitamina B12 puede llevar a una producción insuficiente de glóbulos rojos, lo que puede resultar en anemia.
- Desempeña un papel fundamental en el funcionamiento del sistema nervioso. Ayuda en la síntesis de mielina, una sustancia que recubre y protege las fibras nerviosas, lo que es esencial para la transmisión de señales nerviosas eficientes.
- La vitamina B12 participa en la síntesis y el metabolismo de ácidos nucleicos (ADN y ARN), lo que es crucial para la replicación y la función celular adecuadas.
- Desempeña un papel en la salud cognitiva y la función cerebral, aunque la investigación está en curso en esta área.
- Posee propiedades antioxidantes al ayudar a proteger las células del daño causado por los radicales libres.

### 3. RECOMENDACIONES

- Mantenga el envase bien cerrado un lugar fresco, seco y oscuro, lejos de la luz solar directa y la humedad.
- La dosis recomendada puede variar según la edad, la dieta y las necesidades personales. En general, la dosis diaria recomendada para adultos es de aproximadamente 2.4 microgramos (mcg). Sin embargo, en casos de deficiencia o necesidades específicas, la dosis puede ser mayor. Siempre sigue las indicaciones de tu profesional de la salud.
- Se puede consumir de diversas formas, como mezclándola con agua, jugo u otros líquidos.
- Generalmente se puede tomar en cualquier momento del día, con o sin alimentos. Algunas personas prefieren tomarla por la mañana para evitar interacciones con otros medicamentos o suplementos que puedan tomar durante el día.
- Es importante ser consistente con la toma de la vitamina B12 en polvo.
- Es segura en dosis normales y no suele causar efectos secundarios significativos. Sin embargo, en dosis muy altas, puede causar efectos adversos. Si experimentas efectos secundarios inusuales, consulta a un profesional de la salud.

### 4. PROPIEDADES FÍSICO-QUÍMICAS

<b>Apariencia</b>	Polvo color blanco.
<b>Olor</b>	Inoloro.
<b>Peso molelular</b>	1,355.37 g/mol
<b>Cenizas</b>	1.5 % Máx.
<b>Ph</b>	5.5- 7 (En Solución Del 1%)
<b>Plomo (Pb)</b>	De Acuerdo Con Legislación Europea.
<b>Cadmio (Cd)</b>	De Acuerdo Con Legislación Europea.
<b>Mercurio (Hg)</b>	De Acuerdo Con Legislación Europea.

### 5. PROPIEDADES MICROBIOLÓGICAS

<b>Mesofilos Aerobios</b>	Max. 1.000 UFC/mL
<b>Hongos y levaduras</b>	Max. 1.000 UFC/mL
<b>E. Colí</b>	Negativo
<b>Salmonella</b>	Negativo/ 25 mL

*Nota: El producto cumple con el estándar USP.*