

# COMMENT POLYRIDE FE® ULTRA

se compare-t-il aux  
suppléments de fer  
standard en vente  
libre?

Choisir le bon supplément de fer peut faire une différence importante en matière d'efficacité et de confort. Cette comparaison côte à côte met en évidence la façon dont Polyride Fe® Ultra, formulé par Seaford Pharmaceuticals, se compare aux suppléments de fer en vente libre disponibles au Canada.



Caractéristique	Polyride Fe® Ultra	Supplément de fer standard
Fer élémentaire par capsule	150 mg	Généralement de 18 à 100 mg, selon le type de fer
Type de fer	Complexe polysaccharide-fer (CPF)	Généralement, des sels de fer, comme le sulfate ferreux, ou des chélates de fer, comme le bisglycinate ferreux
Contient de la vitamine C	Oui (125 mg)	Parfois inclus
Contient de la vitamine B12	Oui (1000 mcg)	Parfois inclus
Fréquence de dosage	Une fois par jour	Varie – souvent pris plusieurs fois par jour
Effets secondaires gastro-intestinaux	Plus rares	Fréquents (nausées, constipation)
Certifié (VegeCert, Kashar)	Oui	Rarement
Recommandé par la FCSD/la SOGC	Oui	Non
Convient aux régimes à base de plantes/restrictifs	Oui	Dépend de la formulation