

Preparat Naturell Omega-3 1000 zawiera wysokogatunkowy, skoncentrowany olej z ryb zimnowodnych, o wysokiej zawartości kwasów tłuszczowych omega-3. Preparat standaryzowany jest na zawartość minimum 65% kwasów tłuszczowych omega-3 w tym EPA i DHA. Kwasy tłuszczowe w Naturell Omega-3 1000 są w postaci triglicerydów, czyli takiej, jaka naturalnie występuje w rybach. Dzięki temu mogą być lepiej przyswajalne przez organizm człowieka.

Według zaleceń Polskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników bezpiecznym źródłem DHA dla kobiet w ciąży są małe ryby³. Jako surowiec stosowany do produkcji preparatu Naturell Omega-3 1000 wykorzystuje się małe ryby zimnowodne, poławiane z najczystszych obszarów Oceanu Spokojnego. Do produkcji oleju wykorzystywane są całe ryby. Preparat Naturell Omega-3 1000 charakteryzuje się wysoką czystością i biodostępnością kwasów omega-3.

Na smak i zapach preparatów zawierających kwasy omega-3 wpływa liczba utlenionych związków znajdujących się w surowcu. Zawartość utlenionych kwasów omega-3, mierzona wartością TOTOX (*total oxidation*) dla surowca wykorzystywanego do produkcji preparatu Naturell Omega-3 1000, nie przekracza 15 (maksymalny limit to 28). Dodatkowo na 18-stopniowej skali Gardnera, służącej do pomiaru barwy, surowiec stosowany do produkcji preparatu Naturell Omega-3 1000 nie przekracza wartości 6, co również może świadczyć o jego czystości. Dodatkowo wpływa to na łagodny smak i brak uczucia rybnego odbijania.

Właściwości kwasów omega-3

Odkrycie znaczenia kwasów tłuszczowych omega-3 stało się ogromnym przełomem żywieniowym, popartym licznymi badaniami naukowymi. Kwasy omega-3, choć pełnią wiele ważnych funkcji w organizmie człowieka, nie są przez niego syntetyzowane i muszą być dostarczane wraz z pożywieniem¹. Wielonienasycone kwasy tłuszczowe (ang. *polyunsaturated fatty acids* PUFA) z rodziny omega-3 to przede wszystkim kwasy eikozapentaenowy (EPA) i dokozaheksaenowy (DHA). Podstawowym źródłem EPA i DHA w diecie są ryby morskie oraz olej z ryb morskich. Udowodniono, że regularne spożywanie ryb bogatych w kwasy omega-3 przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania serca (z uwagi na zawartość EPA i DHA) i mózgu, a także do utrzymania prawidłowego widzenia (ze względu na zawartość DHA)².

Działanie kwasów omega-3

Preparat Naturell Omega-3 1000 uzupełnia dietę w nienasycone kwasy tłuszczowe omega-3: EPA – kwas eikozapentaenowy, DHA – kwas dokozaheksaenowy.

DHA i EPA przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania serca.*

Ponadto DHA wpływa na prawidłowe funkcjonowanie mózgu oraz utrzymanie prawidłowego widzenia.**

Spożywanie DHA przez matkę wspomaga prawidłowy rozwój oczu u płodu i niemowląt karmionych piersią.***

* Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg EPA i DHA dziennie.

** Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg DHA dziennie.

*** Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 200 mg DHA dziennie ponad zalecane dzienne spożycie kwasów tłuszczowych omega-3 dla dorosłych, tj. 250 mg DHA i EPA.

Źródła

Kwasy tłuszczowe omega-3 nie są syntetyzowane w organizmie człowieka i muszą być dostarczone z pożywieniem. Jedyne źródło tych kwasów, a zwłaszcza frakcji długołańcuchowych: EPA i DHA, stanowi tłuszcz pochodzący z ryb i innych zwierząt morskich. Zawartość tych kwasów uzależniona jest od gatunku i stanu fizjologicznego ryby, a także miejsca i pory roku, w której odbywa się połów. Ryby dziko żyjące mają większą ilość i korzystniejsze proporcje kwasów tłuszczowych w porównaniu z rybami hodowlanymi¹⁴.

Według zaleceń odpowiednia proporcja kwasów n-6 do n-3 w diecie powinna wynosić (4-5) : 1².

W krajach uprzemysłowionych dieta bogata jest w tłuszcze nasycone. Z uwagi na zmianę struktury spożywanej żywności w jądłospisie współczesnego człowieka proporcje kwasów n-6 do n-3 wynoszą od 10 : 1 do 25 : 1¹.

Jedna kapsułka zawiera: olej z ryb 1000 mg, w tym: EPA – kwas eikozapentaenowy (33%) 330 mg, DHA – kwas dokozaheksaenowy (22%) 220 mg, inne kwasy tłuszczowe z rodziny omega-3 (10%) 100 mg.

czcionka - wysokość x	wersja	data
≥ 1,2 mm	Omega-3 1000	2020_04_14

Dwie kapsułki zawierają: olej z ryb 2000 mg, w tym: EPA – kwas eikozapentaenowy (33%) 660 mg, DHA – kwas dokozaheksaenowy (22%) 440 mg, inne kwasy tłuszczowe z rodziny omega-3 (10%) 200 mg.

Trzy kapsułki zawierają: olej z ryb 3000 mg, w tym: EPA – kwas eikozapentaenowy (33%) 990 mg, DHA – kwas dokozaheksaenowy (22%) 660 mg, inne kwasy tłuszczowe z rodziny omega-3 (10%) 300 mg.

Kiedy warto stosować suplement diety Naturell Omega-3 1000:

- uzupełnienie diety w składniki ważne dla zachowania dobrej kondycji serca, ze względu na zawartość EPA i DHA,
- wspomaganie prawidłowego widzenia, z uwagi na zawartość DHA,
- wspomaganie prawidłowego funkcjonowania mózgu, z uwagi na zawartość DHA.

Zalecana porcja do spożycia w ciągu dnia:

Dzieci powyżej 2 r. ż. – 1 kapsułka dziennie. Dorośli – 2 kapsułki dziennie. Kobiety w ciąży i karmiące piersią – 3 kapsułki dziennie. Kapsułki należy popić wodą. Preparat stosować podczas posiłku lub bezpośrednio przed nim. Dzieciom i osobom mającym trudności z polykaniem zawartość kapsułek można wycisnąć i podawać z pokarmem.

Nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.

Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety.

Zrównoważony sposób odżywiania i zdrowy tryb życia są podstawą prawidłowego funkcjonowania organizmu.

Ograniczenia stosowania:

Nadwrażliwość na którykolwiek składnik preparatu. Osoby z zaburzeniami krzepliwości krwi lub stosujące leki zmniejszające krzepliwość krwi, kobiety w ciąży i matki karmiące powinny skonsultować przyjmowanie preparatu z lekarzem.

Literatura:

1. Marciniak-Lukasik K., 2011: Rola i znaczenie kwasów tłuszczowych omega-3. „Żywność. Nauka. Technologia. Jakość”, 6(79), s. 24–35.
2. Materac E., Marczyński Z., Bodek K.H., 2013: Rola kwasów tłuszczowych omega-3 i omega-6 w organizmie człowieka. „Bromatologia i chemia toksykologiczna”, 2, s. 225–233.
3. Polskie Towarzystwo Ginekologiczne, 2014: Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego w zakresie stosowania witamin i mikroelementów u kobiet planujących ciążę, ciężarnych i karmiących. „Ginekologia Polska”, 85, s. 395–399.
4. Wośło T., Rogowski W., 2006: Rola wielonienasyconych kwasów tłuszczowych omega-3 w organizmie człowieka. „Cardiovascular Forum”, 11, 3, s. 39–43.

Olej rybi pochodzi spoza UE.

www.naturell.pl



Producent:
Naturell AB, Szwecja

Doświadczenie Naturell w produkcji witamin i minerałów sięga 1934 r. W oparciu o wieloletnie doświadczenie, założyciel firmy wprowadził na szwedzki rynek preparaty z naturalnymi witaminami i minerałami produkowane we własnej fabryce. Połączenie wiedzy i umiejętności zdobytych we wcześniejszej pracy oraz głębokiego zainteresowania zdrową dietą umożliwiło mu opracowanie nowatorskich preparatów wspierających zdrowie.

Powstała w 1982 roku, **Naturell AB** jest kontynuacją dzieła założyciela, firmą w pełni dedykowaną produkcji suplementów diety. Przedmiotem działalności Naturell jest produkcja szerokiej gamy preparatów pomagających utrzymać dobrą kondycję organizmu. W Polsce, pierwsze preparaty Naturell pojawiły się w aptekach w 1991 roku.

Laboratoria Naturell opracowują preparaty w oparciu o najnowsze badania naukowe i oczekiwania ekspertów, kładąc szczególny nacisk na ich jakość i bezpieczeństwo. Dzięki starannemu procesowi wyboru surowców i monitorowania procesów wytwarzania na wszystkich etapach, Naturell szczydzi się długą historią produkcji wysokiej jakości preparatów.

W naszych laboratoriach badawczych stale prowadzimy prace nad innowacyjnymi preparatami nowej generacji, odpowiadającym różnorodnym potrzebom naszych odbiorców.

Tworząc nowe preparaty kierujemy się zasadami i wartościami, które przyświecały Naturell od początku istnienia: zdrowie, bezpieczeństwo i wysoka jakość.

Dystrybutor:
USP Zdrowie Sp. z o.o.
ul. Poleczki 35
02-822 Warszawa

czcionka - wysokość x	wersja	data
≥ 1,2 mm	Omega-3 1000	2020_04_14