

## NATURELL OMEGA-3 z alg 90 kapsułek



Vegan



Cena: 62,95 PLN

### Opis słownikowy

Dawka	-
Opakowanie	90 kaps.
Postać	kaps.
Producent	USP ZDROWIE SP. Z O.O.
Rodzaj rejestracji	Suplement diety
Substancja czynna	-

### Opis produktu

#### Opis

90 KAPSULEK WEGAŃSKICH

Naturell OMEGA-3 z alg

bez substancji wypełniających, barwników i konserwantów syntetycznego pochodzenia

odpowiednia ilość DHA3

odpowiednie dla wegan i wegetarian

250 mg DHA z mikroalg Schizochytrium sp. w 1 kapsułce

Kwasy omega-3 (w tym DHA) pozyskiwane z mikroalg Schizochytrium sp.

Zrównoważone rozwiązanie dla zbilansowania diety roślinnej W TROSCE O ZDROWIE I PLANETĘ

Parametry jakościowe oleju weryfikowane testami. Zrównoważony, „zielony” proces pozyskiwania alg<sup>2</sup>

Dla kogo?

Dla dorosłych, niezależnie od rodzaju stosowanej diety, którzy chcą zadbać o właściwy poziom kwasów omega-3 w organizmie oraz osób chcących zadbać o układ nerwowy i krwionośny<sup>1</sup>

Dla wegan, wegetarian oraz osób ograniczających mięso i produkty odzwierzęce w diecie

Dla osób, które chcą uzupełniać dietę w kwasy omega-3 z odnawialnych źródeł pochodzenia roślinnego – bez udziału ryb

Dla kobiet w ciąży i karmiących piersią<sup>1</sup>

Dlaczego Naturell OMEGA-3 z alg?

Skład stworzony przez ekspertów

Produkt opracowany z myślą o osobach na diecie ubogiej w źródła DHA. Odpowiednia ilość składnika<sup>3</sup> w jednej kapsułce pozwala na dobrane spożycie kwasów omega-3 do swoich potrzeb.

Jakość składników

Postawiliśmy na naturalny i roślinny składnik: olej w 100% pozyskany z mikroalg Schizochytrium sp. Parametry jakościowe oleju weryfikowane testami.

Zrównoważony, „zielony” proces pozyskiwania z alg<sup>2</sup>

Delikatny i zrównoważony proces produkcji w poszanowaniu natury. Postawiliśmy na europejskiego dostawcę oleju z mikroalg z licznymi certyfikatami jakości.

Wegańska kapsułka

Zadbaliśmy o brak substancji wypełniających, barwników i konserwantów syntetycznego pochodzenia. W wegańskiej kapsułce znajdziesz również przeciwutleniacze chroniące olej z alg przed utratą jego jakości.

w duchu lagom – w sam raz, w harmonii

bez cukru i laktozy, bezglutenowy

odpowiedni dla wegan i wegetarian

Skład

Roślinne kwasy omega-3(w tym DHA)  
pozyskiwane z mikroalg Schizochytrium sp.

Przeciwutleniacze chroniące olej przed utratą jego jakości  
w wyniku utleniania spowodowanego działaniem czynników zewnętrznych

Wegańska kapsułka

Zawartość składników

w 1 kapsułce

w 2 kapsułkach

Olej z mikroalg Schizochytrium sp.w tym:

402,6 mg

805,2 mg

kwas dokozaheksaenowy (DHA)

250 mg

500 mg

Wegańskie składnikidodatkowe:

• Karagen – roślinny odpowiednik żelatyny, pochodzi z roślin morskich; • Hydroksypropyloskrobia – wegański składnik kapsułki z groszku; • Glicerol z rzepaku – substancja utrzymująca wilgoć. W kapsułce znajdują się: • Olej słonecznikowy i olej MCT; • Przeciwtleniacze chroniące olej z alg przed utlenianiem – mieszanina tokoferoli z nasion, estry kwasów tłuszczowych i kwasu askorbinowego; • Regulator kwasowości: węglany sodu.

Składniki: olej z mikroalg Schizochytrium sp.; hydroksypropyloskrobia (kapsułka); substancja utrzymująca wilgoć: glicerol; substancja żelująca: karagen; olej słonecznikowy; olej MCT (średniołańcuchowe kwasy tłuszczowe); przeciwutleniacze: mieszanina tokoferoli, estry kwasów tłuszczowych i kwasu askorbinowego; regulator kwasowości: węglany sodu. Z uwagi na naturalny charakter produktu może powstać wytrącenie jego składników (osad). Jest to proces naturalny i nie wpływa na jakość produktu.

Stosowanie

ZALECANA PORCJA DO SPOŻYCIA W CIĄGU DNIA:

Dorośli: 1-2 kapsułki dziennie.

Kobiety w ciąży i karmiące piersią: 1 kapsułka dziennie.

Szczegóły produktu

WARUNKI PRZECHOWYWANIA:

w oryginalnym opakowaniu w temperaturze pokojowej, w suchym miejscu, w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić przed

wilgocą i światłem.

#### OSTRZEŻENIA I INNE INFORMACJE:

nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Istotne jest prowadzenie zdrowego stylu życia i stosowanie zróżnicowanej diety dostarczającej organizmowi wystarczającą ilość składników odżywczych. Produkt nie powinien być spożywany przez niemowlęta i dzieci w wieku poniżej 3 lat.

#### Najczęściej zadawane pytania

Jaką ilość kwasów omega-3 zaleca się w codziennym spożyciu?

Ekspert zalecają codzienne spożycie kwasów EPA + DHA na poziomie 250 mg/dobę u osób dorosłych<sup>3,4</sup>.

Czy roślinne źródła kwasów omega-3 są wystarczające do pokrycia ich zalecanego dziennego spożycia?

Do rodziny kwasów omega-3 zaliczamy: kwas alfa-linolenowy (ALA), EPA oraz DHA. Należy pamiętać, że nie tylko ilość spożywanych ogółem kwasów omega-3 ma znaczenie, ale także ich rodzaj. W ośrodkowym układzie nerwowym lipidy stanowią 50% suchej masy mózgu, z czego 97% stanowi DHA<sup>5</sup>. Produkty pochodzenia roślinnego (np. olej lniany, nasiona chia, siemię lniane) są źródłem zazwyczaj ALA, natomiast głównym źródłem kluczowego dla mózgu DHA<sup>1</sup> są tłuste ryby morskie. W organizmie ludzkim niewielka ilość dostarczanego z dietą ALA przekształca się w DHA – mniej niż 1%<sup>3</sup>. Zwiększone spożycie nasion chia, siemienia lnianego tj. ALA zwiększa dostępność kwasu eikozapentaenowego EPA, ale jest niewystarczające do tego, aby zwiększyć stężenie DHA<sup>6</sup>. Proces ten dodatkowo jest bardzo podatny na zakłócenia (przewlekły stres, infekcje, dieta o zwiększonej zawartości kwasów omega-6)<sup>7-10</sup>, dlatego osoby na diecie roślinnej powinny rozważyć odpowiednią suplementację DHA.

Czy olej z wiesiołka może być dobrym źródłem kwasów omega-3?

Popularny olej z wiesiołka, podobnie jak olej słonecznikowy, to źródło głównie szeroko dostępnych w diecie kwasów omega-6, nie omega-3. Wśród kwasów omega-3 najbardziej pożądane są EPA i DHA, ale jeśli będą pochodzić z ryb lub kryła, to nie zostaną zaakceptowane przez wegan. Jednocześnie kwasy omega-3 pochodzenia roślinnego (np. z oleju lnianego) to zazwyczaj ALA, które jest łatwo dostępne w diecie i zazwyczaj nie wymaga suplementacji. Dlatego racjonalnym rozwiązaniem jest suplementacja EPA i DHA pochodzących z alg morskich.

Czy osoby na diecie roślinnej powinny zwrócić szczególną uwagę na kwasy omega-3?

Kwasy omega-3, choć odgrywają ważną rolę w organizmie człowieka, muszą być dostarczane wraz z pożywieniem – należą do tzw. niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych (NNKT)<sup>3</sup>. Jako że głównym źródłem DHA – kluczowego kwasu omega-3 – są tłuste ryby morskie oraz owoce morza, w konsekwencji dostarczenie EPA i DHA u wegan może być istotnie mniejsze (nawet o 50%)<sup>11</sup>. Dlatego osoby stosujące dietę eliminacyjną, ubogą w DHA, powinny rozważyć odpowiednią suplementację. Rozwiązaniem jest spożycie DHA z

alg morskich. Badania potwierdziły skuteczność suplementacji kwasów omega-3 wśród osób na diecie roślinnej za pomocą produktów z mikroalg, która istotnie zwiększa stężenie DHA6.

1. DHA przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania mózgu. Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg DHA dziennie. Spożywanie DHA przez matkę wspomaga prawidłowy rozwój oczu u płodu i niemowląt karmionych piersią. 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 kwasu eikozapentaenowego (EPA). Kwas eikozapentaenowy (EPA) i kwas dokozaheksaenowy (DHA) przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania serca. Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg EPA i DHA dziennie. 2. Pozyskiwanie surowca w poszanowaniu zasobów morskich: przestrzegany protokół Nagoya przeciwko morskiemu bio-piractwu, bez negatywnego wpływu na bio-masę. „Zielony” proces przetwarzania: bez chemicznego wzbogacenia (EE, molekularna destylacja, wytrącanie mocznika). 3. Normy Żywienia dla populacji Polski i ich zastosowanie, NIZP-PZH, 2020, red. Jarosz M. 4. EFSA. Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to docosahexaenoic acid (DHA), eicosapentaenoic acid (EPA) and brain, eye and nerve development (ID 501, 513, 540), maintenance of normal brain function (ID 497, 501, 510, 513, 519, 521, 53. EFSA J. 9, 1–30 (2011). 5. K. Hamazaki, M. Maekawa, T. Toyota, Y. Iwayama, B. Dean, T. Hamazaki, T. Yoshikawa, Fatty acid composition and fatty acid binding protein expression in the postmortem frontal cortex of patients with schizophrenia: A case-control study, “Schizophrenia Research” 2016, No. 171 (1–3), s. 225–232. 6. Lane, Katie E., et al. “Bioavailability and conversion of plant based sources of omega 3 fatty acids a scoping review to update supplementation options for vegetarians and vegans.” Critical Reviews in Food Science and Nutrition (2021): 1 16 7. Parker, G. et al. Omega-3 fatty acids and mood disorders. Am. J. Psychiatry 163, 969–978 (2006). 8. Pawlosky, R. J., Hibbeln, J. R., Novotny, J. A. & Salem, N. Physiological compartmental analysis of α-linolenic acid metabolism in adult humans. J. Lipid Res. 42, 1257–1265 (2001). 9. Salem, N., Pawlosky, R., Wegher, B. & Hibbeln, J. In vivo conversion of linoleic acid to arachidonic acid in human adults. Prostaglandins Leukot. Essent. Fat. Acids 60, 407–410 (1999). 10. Arterburn, L. M., Hall, E. B. & Oken, H. Distribution, interconversion, and dose response of n-3 fatty acids in humans. Am. J. Clin. Nutr. 83, (2006). 11. Hall, W. L. The future for long chain n-3 PUFA in the prevention of coronary heart disease: Do we need to target non-fish-eaters? Proc. Nutr. Soc. 76, 408–418 (2017).

#### SUPLEMENT DIETY

**Właściwości**Naturell Omega-3 z alg - to suplement diety z kwasami omega-3. Produkt przeznaczony dla osób dorosłych. Odpowiedni dla wegetarian i wegan. **Zalecane spożycie**Dorośli: 1-2 kapsułki dziennie. Kobiety w ciąży i karmiące piersią: 1 kapsułka dziennie. **Ważne**Nie stosować w przypadku nadwrażliwości na którykolwiek ze składników preparatu **Składniki**Olej z mikroalg Schizochytrium sp.; hydroksypropyloskrobia (kapsułka); substancja utrzymująca wilgoć: glicerol; substancja żelująca: karagen; olej słonecznikowy; olej MCT (średniołańcuchowe kwasy tłuszczowe); przeciwutleniacze: mieszanina tokoferoli, estry kwasów tłuszczowych i kwasu askorbinowego; regulator kwasowości: węglany sodu. **Składnik** 1 kapsułka 2 kapsułki Olej z mikroalg Schizochytrium sp. w tym: 402,6 mg 805,2 mg kwas dokozaheksaenowy (DHA) 250 mg 500 mg kwas eikozapentaenowy (EPA) 19 mg 38 mg **Producent** USP ZDROWIE SP. ZO. O. Poleczki 35 Warszawa

Galeria

**Dlaczego Naturell OMEGA-3 z alg?**

- Złamanolubny „zielony” proces pozyskiwania z alg
- Parametry jakościowe oleju wyrybnianca koszmami
- Przechłodzenie chroniące olej przed utratą jego jakości
- Wegańska kapsułka
- Bez cukru i laktozy, bezglutenowy
- Bez substancji wypełniających, barwników, konserwantów syntetycznego pochodzenia

**produkt certyfikowany na WEGAN, wegetarian**

\*Populizacja sarmata w porównaniu z innymi metodami przetwarzania produktów rybnych prowadzi do zwiększenia zawartości kwasów tłuszczowych w oleju. „Zielony” proces przetwarzania bez chemicznego wzbogacenia jest ekologiczny, wyjątkowo czysty.

**Roślinne kwasy omega-3**

w trosce o zdrowie\* i planetę **Vegan**

- Dla wegan, wegetarian oraz osób ograniczających mięso i produkty odzwierzęce w diecie
- Dla osób, które chcą uzupełniać dietę w kwasy omega-3 z odnawialnych źródeł pochodzenia roślinnego – bez udziału ryb
- Dla kobiet w ciąży i karmiących piersią; dla dorosłych, niezależnie od rodzaju stosowanej diety, którzy chcą zadbać o układ nerwowy i układ krwionośny\*

\*Kwas docosahexaenowy (DHA) przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania mózgu. Koryzyon działał w sposób wspierający w przypadku spożycia 250 mg DHA dziennie. Spożycie DHA przez matkę wspiera prawidłowy rozwój mózgu u płodu i noworodka karmionego piersią. Liczne badania wykazały, że spożycie 250 mg DHA dziennie przez matkę podczas ciąży przyczynia się do prawidłowego rozwoju mózgu u noworodka. Spożycie 250 mg DHA dziennie przez matkę karmiącą piersią przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego i układu krwionośnego u dziecka. Kwas docosahexaenowy (DHA) przyczynia się do prawidłowego funkcjonowania serca. Koryzyon działał w sposób wspierający w przypadku spożycia 250 mg DHA dziennie.

**Dorośli:**  
1-2 kapsułki dziennie

**Kobiety w ciąży i karmiące piersią:**  
1 kapsułka dziennie

**250 mg DHA z mikroalg Schizochytrium sp. w 1 kapsułce**

**Składniki:**  
 Olej z mikroalg Schizochytrium sp., hydroksypropylosterobita (kapsułka), substancja utrzymująca wilgoć, glicerol, substancja żelująca - karagen, olej słonecznikowy, olej MCT (środkociężocenne kwasy tłuszczowe), przeciwutleniacz: mieszanina tokoferoli, estry kwasów tłuszczowych i kwasu askorbinowego; regulator kwasowości: węglany sodu.

**Zalecana porcja do spożycia w ciągu dnia:**  
 Dorośli: 1-2 kapsułki dziennie.  
 Kobiety w ciąży i karmiące piersią: 1 kapsułka dziennie.

**Ostrzeżenia i inne informacje:**  
 Nie należy przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Istotne jest prowadzenie zdrowego stylu życia i stosowanie zróżnicowanej diety dostarczającej organizmowi wystarczającą ilość składników odżywczych. Produkt nie powinien być spożywany przez niemowlęta i dzieci w wieku poniżej 3 lat.

	Jedna kapsułka zawiera:	Dwie kapsułki zawierają:
Olej z mikroalg Schizochytrium sp. w oleju	402,6 mg	805,2 mg
Kwas docosahexaenowy (DHA)	250 mg	500 mg

Z uwagi na specyficzny charakter produktu, należy pamiętać o jego przechowywaniu w oryginalnym opakowaniu.

