

# DLA MĄDRYCH GŁÓW I ZDROWYCH OCZU DZIECI<sup>1</sup>



Naturell

3+



## KWASY OMEGA-3 W PŁYNIE O SMAKU CYTRYNOWYM



1. Kwas dokozaheksaenowy (DHA) przyczynia się do utrzymania prawidłowego funkcjonowania mózgu i prawidłowego widzenia. Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg DHA dziennie.

 USP Zdrowie

SUPLEMENT DIETY

# DOWIEDZ SIĘ, DLACZEGO SUPLEMENTACJA OMEGA-3 JEST TAKA ISTOTNA



Mózg ludzki składa się w 50% z lipidów, z czego 35% to wielonienasycone kwasy tłuszczowe omega-3, głównie DHA, a także EPA i ALA. Kwasy omega-3 są niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu, ale **nie są syntetyzowane przez człowieka, dlatego musimy je dostarczać z dietą.**



Kwas DHA **wspiera prawidłowe funkcjonowanie mózgu i widzenie<sup>1</sup>, a kwasy EPA i DHA wspomagają zdrowie serca<sup>2</sup>.** Korzystne efekty osiąga się przy spożyciu 250 mg EPA i DHA dziennie<sup>2</sup>.



**Jeśli twoje dziecko nie lubi ryb i owoców morza, jego dieta może być uboga w kwasy omega-3 DHA i EPA. DHA może wpływać na zdolność uczenia się, myślenia i zapamiętywania<sup>1</sup>.** W takim przypadku warto rozważyć suplementację kwasami omega-3, szczególnie DHA.



Roślinne źródła kwasów omega-3, takie jak siewki lniane, nasiona chia, orzechy włoskie i oleje (rzepakowy, lniany), zawierają głównie kwas ALA. **W organizmie ALA przekształca się w EPA i DHA, ale proces ten jest mało wydajny.** Konwersja ALA do DHA jest niewystarczająca, aby zapewnić odpowiednią ilość tego składnika.

1. Kwas dokozaheksaenowy (DHA) przyczynia się do utrzymania prawidłowego funkcjonowania mózgu i prawidłowego widzenia. Korzystne działanie występuje w przypadku spożycia 250 mg DHA dziennie.

2. Kwas eikozapentaenowy (EPA) i kwas dokozaheksaenowy (DHA) przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania serca. Korzystne działanie występuje w przypadku spożycia 250 mg EPA i DHA dziennie.

#### Źródło:

Dighiriri I.M. et al. (2022) Effects of Omega-3 Polyunsaturated Fatty Acids on Brain Functions: A Systematic Review. *Cureus* 14(10): e30091. doi: 10.7759/cureus.30091.

Bruce K.D. et al. (2017) Lipid Processing in the Brain: A Key Regulator of Systemic Metabolism. *Front. Endocrinol.*; 8:60. doi: 10.3389/fendo.2017.00060.

Bos DJ, van Montfort SJ, Oranje B, Durston S, Smeets PA. Effects of omega-3 polyunsaturated fatty acids on human brain morphology and function: What is the evidence? *Eur Neuropsychopharmacol.* 2016 Mar;26(3):546-61.

# JAK DZIAŁA NATURELL OMEGA-3 UCZEŃ?

Suplement diety Naturell Omega-3 Uczeń to wysokiej jakości olej rybi o cytrynowym smaku, bogaty w DHA i EPA, przeznaczony dla dzieci od 3 roku życia. Dzięki zawartości DHA wspiera prawidłowe funkcjonowanie mózgu (m.in. wspiera pamięć i koncentrację) i wzroku<sup>1</sup>.



**WSPIERA PRAWIDŁOWE  
FUNKCJONOWANIE  
MÓZGU (DHA)<sup>1</sup>**



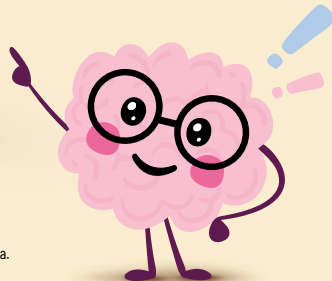
**WSPIERA PRAWIDŁOWĄ  
PRACĘ SERCA  
(DHA, EPA)<sup>1,2</sup>**



**WSPIERA PRAWIDŁOWE  
WIDZENIE (DHA)<sup>1</sup>**



**WSPIERA PAMIĘĆ  
I KONCENTRACJĘ<sup>1</sup>**



1. Kwas dokozaheksaenowy (DHA) przyczynia się do utrzymania prawidłowego funkcjonowania mózgu i prawidłowego widzenia. Korzystne działanie występuje w przypadku spożycia 250 mg DHA dziennie.

2. Kwas eikozapentaenowy (EPA) i kwas dokozaheksaenowy (DHA) przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania serca. Korzystne działanie występuje w przypadku spożycia 250 mg EPA i DHA dziennie.

# DLACZEGO NATURELL OMEGA-3 UCZEŃ?

## ✓ MAŁA ŁYŻECZKA, WIELKA ILOŚĆ OMEGA-3

---

Porcja 2,5 ml (pół łyżeczki) zawiera 460 mg kwasów omega-3, w tym 253 mg DHA i 161 mg EPA.

## ✓ DOBRZE PRYSWAJALNA FORMA TRÓJGLICERYDÓW

---

Produkt zawiera kwasy DHA i EPA w naturalnej formie trójglicerydowej, jak w pożywieniu, co ułatwia ich przyswajanie<sup>1</sup>.

## ✓ ŚWIEŻE SUROWCE I KONTROLOWANA RAFINACJA

---

Wykorzystanie świeżych surowców i kontrolowany proces rafinacji oleju minimalizują utlenianie, zapewniając stabilność, wysoką jakość i przyjemny smak bez rybiego posmaku.

## ✓ EKONOMICZNE OPAKOWANIE

---

Opakowanie wystarcza na 2 miesiące stosowania.

## ✓ PRZYJEMNOŚĆ PODANIA

---

Cytrynowy smak eliminuje rybi posmak, co ułatwia stosowanie.

## ✓ CZYSTY SKŁAD

---

Bez substancji wypełniających, barwników i konserwantów syntetycznego pochodzenia.

## ✓ STOSOWANIE

---

Tylko raz dziennie, pół łyżeczki 2,5 ml.

1. Dyerberg J. et al. (2010) Bioavailability of marine n-3 fatty acid formulations, Prostaglandins, Leukotrienes and Essential Fatty Acids 83; 137-141.

# DLA KOGO JEST NATURELL OMEGA-3 UCZEŃ?

3+

Dla dzieci od 3. roku życia.



Dla dzieci (3+) w celu wsparcia mózgu i wzroku<sup>1</sup> w trakcie procesu nauki, intensywnego rozwoju, poznawania otoczenia oraz rówieśników.



Dla dzieci, których dieta jest uboga w kwasy omega-3, np. przy niskim spożyciu ryb.

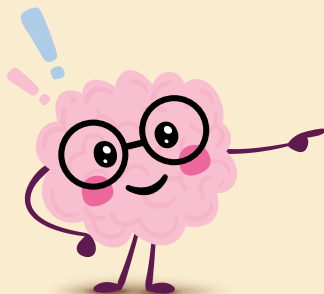


Dla dorosłych chcących wzbogacić swoją dietę o kwasy omega-3 (np. wspólnie suplementować produkt razem z dzieckiem).



1. Kwas dokosaheksaenowy (DHA) przyczynia się do utrzymania prawidłowego funkcjonowania mózgu i prawidłowego widzenia. Korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg DHA dziennie.

# A TO CIEKAWE...



80%

1

MÓZG CZŁOWIEKA SKŁADA SIĘ W 80% Z WODY. DLATEGO, GDY JESTEŚMY ODWODNIENI, TRUDNIEJ NAM SIĘ SKUPIĆ I PAMIĘTAĆ RÓŻNE RZECZY.

25<sup>LAT</sup>

2

NASZ MÓZG OSIĄGA PEŁNĄ DOJRZAŁOŚĆ DOPIERO W WIEKU 25 LAT.

100

MILIARDÓW

3

W NASZYM MÓZGU ZNAJDUJE SIĘ OKOŁO 100 MILIARDÓW NEURONÓW.

400

KM/H

2

IMPULSY NERWOWE W NASZYM MÓZGU MOGĄ PRZEMIESZCZAĆ SIĘ Z PRĘDKOŚCIĄ OKOŁO 400 KM/H.

25<sup>W</sup>

4

KIEDY NIE ŚPIMY, NASZ MÓZG GENERUJE OKOŁO 25 WATÓW ENERGII - TO WYSTARCZY, ABY ZASILIĆ ŻARÓWKĘ.

70

TYSIĘCY

5

PRZECIĘTNIE KAŻDEGO DNIA MYŚLIMY O OKOŁO 70 TYSIĄCACH RÓŻNYCH RZECZY.

1. 22 ciekawostki na temat mózgu, o których mogłeś nie słyszeć. (braingym.pl), dostęp 22.05.2024 r.

2. Mózg - budowa, funkcje, urazy i choroby. Czym odżywia mózg? (medonet.pl), dostęp 22.05.2024 r.

3. <https://www.cefarm24.pl/czytelnia/natura/ciekawostki-na-temat-ludzkiego-ciala-i-mozgu/>, dostęp 22.05.2024 r.

4. <https://gemini.pl/poradnik/arttykul/mozgu-budowa-funkcje-urazy-i-choroby/>, dostęp 22.05.2024 r.

5. <https://www.cefarm24.pl/czytelnia/natura/ciekawostki-na-temat-ludzkiego-ciala-i-mozgu/>, dostęp 22.05.2024 r.