

# ÔMEGA3

COM VITAMINAS E MINERAIS



**AUXILIA NO  
FUNCIONAMENTO  
MUSCULAR**

**AUXILIA NO METABOLISMO  
ENERGÉTICO**

**AUXILIA NO FUNCIONAMENTO  
NEUROMUSCULAR**

**AUXILIA NO FUNCIONAMENTO  
DO SISTEMA IMUNE**

**AUXILIA NA REDUÇÃO DOS  
NÍVEIS DA PRESSÃO ARTERIAL**

**ANTIOXIDANTE QUE AUXILIA NA  
PROTEÇÃO DOS DANOS CAUSADOS  
PELOS RADICAIS LIVRES**

**AUXILIA NA COAGULAÇÃO  
DO SANGUE**

### INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS POR PORÇÃO 2G (2 CÁPSULAS):

QUANTIDADE POR PORÇÃO		% VD (*)
Valor Energético	15Kcal – 63KJ	1%
Gorduras Totais das quais:	1,7g	3%
Gorduras Saturadas	0,4g	2%
Gorduras Trans	0g	--
Gorduras Monoinsaturadas	0,5g	**
Gorduras Poliinsaturados	0,80g	**
EPA	360mg	**
DHA	240mg	**
Colesterol	0mg	0%
Vitamina A	300,0mcg	50%
Vitamina B1	0,6mg	50%
Vitamina B2	0,65mg	50%
Vitamina B3	8,0mg	50%
Vitamina B5	2,5mg	50%
Vitamina B6	0,65mg	50%
Vitamina B7	15,0mcg	50%
Vitamina B9	120,0mcg	50%
Vitamina B12	1,2mcg	50%
Vitamina C	22,5mg	50%
Vitamina D	2,5mcg	50%
Vitamina E	5,0mg	50%
Vitamina K	32,5mcg	50%
Cálcio	150,0mg	15%
Cobre	450,0mcg	50%
Cromo	17,5mcg	50%
Ferro	7,0mg	50%
Iodo	65mcg	50%
Manganês	1,15mg	50%
Selênio	17,0mcg	50%
Zinco	3,5mg	50%

**NÃO CONTÉM QUANTIDADE SIGNIFICATIVA DE PROTEÍNAS, CARBOIDRATOS, FIBRA ALIMENTAR E SÓDIO.**

Uma pesquisa feita pela Faculdade de Saúde Pública da Universidade Harvard, nos Estados Unidos, concluiu que pessoas com mais de 50 anos, que têm o hábito de comer peixes ricos em ômega 3, têm menor risco de morrer por doenças cardiovasculares e por qualquer outra causa de morte, melhorando sua expectativa de vida, tendo também a capacidade de recuperar as habilidades motoras. E os benefícios não param por aí, os ácidos graxos presentes na composição auxiliam na diminuição dos níveis de triglicerídeos e colesterol alto, e o melhor, a pressão arterial fica controlada.

Pesquisas comprovam a dieta rica em Ômega-3 nos idosos protege contra déficits cognitivos e pode até mesmo melhorar a memória. Estudos mostram também que deprimidos tem menor índices plasmáticos de Ômega-3 e que a suplementação pode auxiliar no tratamento. O Ômega-3 pode auxiliar na regulação de neurotransmissores, melhorando o humor, reduzindo a ansiedade, irritabilidade e melhorando o sono.

O consumo adequado de vitaminas e minerais é importante para a manutenção das diversas funções metabólicas do organismo. Assim, a ingestão inadequada desses micronutrientes pode potencialmente levar a estados de carência nutricional, sendo conhecidas diversas manifestações patológicas por ela produzidas. Sendo assim, no geral, a indicação das mesmas visam combater a osteoporose (cálcio, vitamina D); fortalecer o sistema imunológico (vitaminas C e Vitaminas do Complexo B) e circulatório (vitamina C). Ao dar mais força à defesa do corpo, a vitamina C ajuda a combater a sensação de fadiga que costuma acometer os idosos.



### INGREDIENTES:

Ômega 3, Carbonato de Cálcio, Ácido L-Ascórbico, Pirofosfato Férrico, DL-Alfa-Tocoferol, Nicotinamida, Palmitato de Retinol, Fitomenadiona, Sulfato de Zinco Monohidratado, D-Pantotenato de Cálcio, Cianocobalamina, Colecalciferol, Sulfato de Manganês, Sulfato de Cobre Anidro, Piridoxina, Riboflavina, Mononitrato de Tiamina, Biotina, Ácido Fólico, Picolinato de cromo, Iodeto de Potássio, Selenito de Sódio; Cápsula: Água Purificada, Geleificante (Gelatina), Umectante INS 422 e Corantes (INS 171, INS 129 e INS 153).

### RECOMENDAÇÃO DE USO:

Recomenda-se a ingestão de 1 (uma) cápsula, 2 (duas) vezes ao dia, para adultos acima de 19 anos.

### APRESENTAÇÃO:

1g

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:** BRUM, S. A. A. et al.; Óleo de Pescado como Suplemento Dietético. Revista de Ciência & Tecnologia. São Paulo, 2002. GARCIA, U. J. et al.; Estudo da estabilidade térmica de Óleos de Peixes em atmosfera de nitrogênio. Ecl. Química. São Paulo, 2004. BADOLATO, E. S. G. et al. Composição centesimal de ácidos graxos e valor calórico de cinco espécies de peixes marinhos nas diferentes estações do ano. Revista Instituto Adolfo Lutz, São Paulo, 1994. SIMÃO, C. N. A. et al.; Efeitos e mecanismos de ação dos ácidos graxos poliinsaturados n-3 na prevenção de doenças cardiovasculares. Arq. Ciênc. Fortaleza, 2007. PERINE, L. A. J. et al.; Ácidos graxos poli-insaturados n-3 e n-6: metabolismo em mamíferos e resposta imune. Revista De Nutrição, 2010.