

Вопрос-ответ ОМЕГА-3 1300 мг

Чем отличается новая «Омега-3»?

В новой «Омега-3 1300» дозировка ПНЖК составляет 900 мг (ЭГК — 500 мг и ДГК — 200 мг), в составе содержится только рыбий жир — концентрат Pronova Pure от компании BASF — мирового производителя в области инноваций омега-3. Особая степень очистки и высокая концентрация ПНЖК в сырье позволили нам сохранить суточную дозировку омега-3, при этом уменьшив размер капсулы.

Из каких рыб производится «Омега-3»?

В БАД «Омега-3 1300» сырьем ПНЖК является запатентованный компонент компании BASF (Норвегия) — Pronova Pure. Рыбий жир в Greenflash «Омега-3» получен из диких рыб таких пород, как анчоус, скумбрия, сельдь, сардина, рыбы семейства лососевых. В капсуле содержится: ЭПК — 500 мг и ДГК — 200 мг.

Какая форма сырья в «Омега-3 1300мг»?

Сырьевой компонент «Омега-3» имеет маркировку EE — этиловые эфиры. Этиловые эфиры — синтезированные вещества, результат производственной обработки рыбьего жира этиловым спиртом с целью получения высокой концентрации омега-3 в них и очистки от токсинов. Такая форма более безопасна и позволяет увеличить концентрацию ПНЖК до 90 %. Маркировка EE, ethyl esters.

Какая дозировка ПНЖК?

В 1 капсуле «Омега-3»:

- ПНЖК — 900 мг,
- ЭГК — 500 мг,
- ДГК — 200 мг.

Какая капсула используется?

Желатиновая капсула «Халяль» используется для сохранения свойств жиросодержащего наполнения. Желатин представляет собой основной ингредиент капсул многих витаминов, обеспечивает сохранение нейтрального вкуса и легкость употребления добавки.

Рыбий жир в аптеке стоит дешевле

В БАД «Омега-3» источником ПНЖК является запатентованный компонент компании BASF (Норвегия) — Pronova Pure. Pronova Pure отличается высокой степенью очистки, концентрации и усвоения в отличие от рыбьего жира.

Рекомендуемая дозировка

Рекомендуемая дозировка омега 3 — вопрос, не имеющий однозначного ответа. Согласно рекомендации Минздрава РФ, суточная дозировка составляет 1 000 мг, Роспотребнадзор

рекомендует употреблять 800–1 600 мг, рекомендации здравоохранения США — 500–2 000 мг, рекомендации кардиологов США — 300 (здоровые взрослые) / 1 000 (болезни сердца), для спортсменов — 2 000–3 000 мг. Таким образом, становится очевидно, что у мирового сообщества ученых нет единого мнения на дозировку омега-3, рекомендуемую любому взрослому человеку. Это как с белком: рекомендуемая дозировка напрямую зависит от возраста, пола, типа телосложения, места жительства, образа жизни и т. д.

Этиловые эфиры усваиваются хуже

Существует несколько форм сырья омега-3. Триглицеридная форма (Tg) — это натуральная форма, в которой омега-3 находится в рыбе, обитающей в дикой природе. Концентрация ЭПК и ДГК в такой форме, как правило, колеблется от 30 % до 60 %.

Этиловые эфиры (EE) — это форма омега-3, полученная путем этилирования триглицеридной формы. Глицерин в молекуле триглицерида заменяется этиловым спиртом, затем полученная молекула подвергается нагреванию, что в итоге дает возможность увеличить концентрацию ЭПК и ДГК в разы (в готовом продукте концентрация может достигать до 90 %).

Таким образом, количество активных веществ увеличивается и эффективность сырья возрастает.