

- **Wspiera serce i układ krążenia**
- **Poprawia sprawność umysłową**



**SKŁAD** - 1 kapsułka **BioCardine®Omega-3** zawiera 1100 mg skoncentrowanego oleju z mięśni ryb (sardynki, sardele) zawierającego 600 mg niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych grupy omega-3, w tym:

**330 mg kwasu EPA (eikozapentaenowego)**

**220 mg kwasu DHA (dokozaheksaenowego)**

**Substancje pomocnicze:**

aromat cytrynowy, naturalna mieszanina substancji o właściwościach przeciwutleniających, w tym: ekstrakt z *Rosmarinus officinalis L.*, naturalne tokoferole: (alfa-, beta-, gamma-, delta - tokoferol), palmitynian askorbylu.

Składniki otoczek: żelatyna, gliceryna (nośnik)

**Niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe EPA i DHA grupy omega-3 budują większość znaczących fizjologicznie struktur naszego organizmu, takich jak: siatkówka oka, kora mózgowa, serce, wątroba, mięśnie. Są niezbędne genetycznie, ponieważ ich obecność umożliwia organizmowi uruchomienie własnych mechanizmów prozdrowotnych (przeciwzapalnych, przeciwzakrzepowych, przeciwmiażdżycowych, przeciwarytmicznych, przeciwmutagennych). W efekcie tego, nasz organizm jest lepiej chroniony, otrzymuje większy dostęp do substancji odżywczych, staje się silniejszy.**

|   |  |
|---|--|
| <b>NASZ ORGANIZM</b>  | <b>Wykorzystując EPA i DHA grupy omega-3 do budowy komórek mięśniowych serca,</b> wzmacnia je, poprawia w nich prawidłowy przepływ informacji międzykomórkowej. Serce staje się sprawniejsze i wykorzystuje pełną siłę skurczu, w efekcie pracuje równomiernie i z większą mocą.   |
|   | <b>Łącząc EPA i DHA z cholesterolem ułatwia jego szybsze wykorzystanie,</b> przez co poziom LDL- cholesterolu i cholesterolu całkowitego (TC) w krwiobiegu obniża się a poziom HDL-cholesterolu podwyższa się. Poprzez wykorzystanie kwasów tłuszczowych EPA i DHA do budowy ścian naczyń krwionośnych, chroni się przed nadmiernym odkładaniem cholesterolu w tych ścianach.  |
|   | <b>Wbudowując EPA i DHA do cząsteczek trójglicerydów (TG), zmienia ich strukturę na prozdrowotną.</b> Zwiększając pulę kwasów tłuszczowych grupy omega-3 w komórkach wątroby, zapobiega nadmiernej odbudowie w nich trójglicerydów (TG). W ten sposób reguluje ich poziom w krwiobiegu.  |
|   | <b>Używa kwasy tłuszczowe omega-3 chętniej niż omega-6,</b> dlatego równie chętnie wytwarza nowe enzymy i angażuje je w przemiany kwasów omega-3. W ten sposób uzyskuje większe korzyści zdrowotne: <ul style="list-style-type: none"><li>• zmniejsza produkcję substancji prozapalnych (prostaglandyn i leukotrienów) i prozakrzepowych (tromboksanów),</li><li>• zwiększa wytwarzanie właściwych i naturalnych substancji przeciwzapalnych (rezolwin i protektyn), które powstają wyłącznie z EPA i DHA grupy omega-3.</li></ul> |
|   | <b>Wykorzystuje EPA omega-3 i bakterie przewodu pokarmowego do produkcji substancji przeciwzapalnych</b> zapewniających ochronę śluzówki przewodu pokarmowego przed uszkodzeniami.   |
|   | <b>Korzysta z DHA w mózgu do produkcji neuroprotektyny</b> – substancji o działaniu przeciwzapalnym i ochronnym, zapobiegając uszkodzeniom komórek nerwowych.  |
|   | <b>Z kolei dostarczając DHA grupy omega-3 komórkom uszkodzonym</b> zmusza je do produkcji substancji, która ogranicza ich namnażanie i indukuje (włącza) ich śmierć.   |
|   | <b>Posługuje się kwasami EPA i DHA omega-3 do spowolnienia procesu skracania telomerów</b> (sekwencji DNA), w wyniku tego wydłuża życie zdrowych komórek.  |
|   | <b>Używa kwasy EPA i DHA omega-3 do regulowania produkcji homocysteiny,</b> co znacząco zapobiega uszkodzeniu śródbłonna naczyń krwionośnych.  |
|   | Wykorzystując kwasy EPA i DHA omega-3 zwiększa wydzielanie przez śródbłonek czynników (wazodylatacyjnych: prostacyklin, EDRF i NO) rozszerzających światło naczyń krwionośnych wskutek rozkurczu mięśni gładkich, reguluje napięcie tych naczyń.   |
| <b>Stosuje kwasy EPA i DHA omega-3 do budowy hormonów:</b> serotoniny i dopaminy, reguluje m. in. siłę skurczu mięśni oraz poprawia samopoczucie. Poprzez kwasy EPA i DHA omega-3 stymuluje wydzielanie hormonu (adiponektyny), który wpływa na przemiany glukozy. Dzięki temu poprawia się zdolność komórek mięśniowych do pobierania glukozy w obecności insuliny (zmniejsza insulinooporność). Adiponektyna reguluje również przemiany tłuszczowe a jej wzrost zmniejsza ryzyko rozwoju choroby wieńcowej. |  |
| <b>EPA i DHA grupy omega-3 są również używane w procesie wytwarzania leptyn</b> (hormon regulujący apetyt) przez komórki tłuszczowe - walczycy z otyłością.   |  |

Te wielokierunkowe działania organizmu zachodzą jednocześnie. Są to reakcje genetyczne, czyli naturalnie zaprogramowane. Nasz organizm potrafi uruchomić właściwe sobie mechanizmy aby utrzymać swoje zdrowie na najwyższym poziomie. Do wyżej wymienionych działań potrzebuje odpowiednią ilość substancji budulcowych czyli kwasów tłuszczowych EPA i DHA grupy omega-3.

- Wspiera serce i układ krążenia
- Poprawia sprawność umysłową



Regularne spożycie kwasów tłuszczowych EPA i DHA grupy omega-3 przyczynia się do prewencji chorób metabolicznych i zapewnienia optymalnego funkcjonowania organizmu, szczególnie:

- układu krążenia,
- układu odpornościowego,
- centralnego układu nerwowego.

Najzdrowsze i najskuteczniejsze sposoby odżywiania to dieta śródziemnomorska oraz dieta mieszkańców Okinawy. Są one polecane przez ekspertów, stosowane z dużym powodzeniem w wielu krajach. Podstawę ich stanowią owoce morza i ryby, będące najbogatszym źródłem niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych EPA i DHA grupy omega-3.

**Polscy i światowi eksperci rekomendują spożywanie co najmniej 1000 - 1500 mg kwasów tłuszczowych EPA i DHA grupy omega-3 DZIENNIE.**  
to tyle samo co zawierają **2 - 3 kapsułki BioCardine®Omega-3** suplement diety.

#### WSKAZANIA DO SPOŻYCIA:

NNKT\* EPA i DHA grupy omega-3 dostarczane przez BioCardine®Omega-3 są szczególnie polecane w celu:

- zachowania najwyższej kondycji zdrowotnej serca oraz układu krążenia,
- regulacji poziomu tłuszczu we krwi (LDL, TG, TC, HDL),
- kontroli stanów zapalnych i procesów krzepnięcia,
- prawidłowego funkcjonowania mózgu i układu nerwowego,
- pomocy w utrzymaniu prawidłowej wagi ciała,
- ogólnej poprawy samopoczucia oraz w stanach stresu i w diecie odchudzającej.

#### SPOSÓB SPOŻYCIA:

Kapsułki BioCardine®Omega-3 należy spożywać 0,5 godziny przed lub 1,5 godziny po posiłku, w całości lub tylko ich zawartość. Popijamy niewielką ilością neutralnego płynu (np. niegazowaną wodą mineralną).

#### ZALECANE DZIENNE SPOŻYCIE:

| Dzieci w wieku 3 do 12 lat  |  |   |
|---|--|---|
| Najlepszą formą podawania preparatu dzieciom jest wyciskanie zawartości kapsułki na łyżeczkę. Można dodać kilka kropeł naturalnego soku. Preparat można podawać dzieciom od 3 roku życia. |  |   |
| 1 kapsułkę na dobę  |  | 550 mg EPA+DHA/dzień                                  |
| Dzieci od 12 roku życia i dorośli   |  |   |
| Uzupełniająco   | gdy jesteś zdrowy  | min. 1000-1500 mg EPA+DHA/dzień przy diecie 2000 kcal |
| Ochronnie   | gdy masz tendencje do powstawania dolegliwości ze strony układu krążenia i nerwowego | 1500-3500 mg EPA+DHA/dzień                            |
| Wzmacniająco  | gdy walczysz z przypadłościami chorobowymi i stosujesz terapię leczniczą             | 3500-6600 mg EPA+DHA/dzień                            |

#### ZAWARTOŚĆ OPAKOWANIA:

28 kapsułek - 2 blistry po 14 kapsułek.

#### WARUNKI PRZECHOWYWANIA:

Przechowywać w temperaturze pokojowej (25 °C). Chronić przed światłem. Suplement diety powinien być przechowywany w sposób niedostępny dla małych dzieci.

#### UWAGI!

Nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.  
Suplement diety nie może być stosowany jako zamiennik zróżnicowanej diety.  
Ulotka opracowana na podstawie aktualnych danych literaturowych.  
Dokładne informacje dostępne na stronie [www.biocardine.pl](http://www.biocardine.pl)

\*nnkt – niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe

WYPRODUKOWANO DLA:



zdrowie od początku

OPIERAMY SIĘ NA FAKTACH NAUKOWYCH

Marinex International Sp. z o.o.  
93-446 Łódź  
ul. Placowa 4  
[www.marinex.com.pl](http://www.marinex.com.pl)



PRODUCENT:



Scandinavian Laboratories Inc.  
794 Sunrise Boulevard,  
Mt. Bethel, PA 18343 USA