

Naturel Oméga-3 Enfants 200 ml

EAN: 8437007026016 FABRICANTE: PURO OMEGA



La formule pour enfants Pure Omega Natural Omega-3 apporte tous les EPA et DHA nécessaires au développement et aux capacités cognitives des enfants. Il combine dans chaque dose les acides gras oméga-3 EPA et DHA, issus des anchois et des sardines, sous forme de triglycérides naturels (TG) dans un rapport unique de 3:2, respectivement.

LA DESCRIPTION

L'Oméga-3 naturel pour enfants est un format liquide qui présente de nombreux avantages, tels qu'une facilité d'ingestion, une meilleure absorption, une meilleure biodisponibilité, une pureté et une saveur. De plus, il peut être mélangé à des smoothies, des jus ou des yaourts. Cependant, le plus grand avantage est de fournir des doses plus importantes sans avoir à prendre plusieurs gélules tout au long de la journée. De plus, étant 100% purifié et désodorisé, il lui manque une saveur de poisson, laissant un délicieux goût de citron.

- Renforcer le système immunitaire.
- Amélioration des indices d'attention et d'hyperactivité (TDAH et troubles du spectre autistique).
- Développement cérébral, mémoire et apprentissage.
- Phobies, agressivité et comportement antisocial.
- Stress, anxiété et troubles du sommeil.
- Enurésie chez les enfants.

Que se passe-t-il si je donne des oméga-3 à mon enfant ?

Les oméga-3 EPA et DHA **sont essentiels à bien des égards** : le développement du fœtus et du bébé pendant la grossesse et l'allaitement, les fonctions cérébrales et visuelles, la santé cardiovasculaire et l'immunité.

De plus, **ils ont un effet anti-inflammatoire**, réduisant le risque de souffrir de maladies chroniques associées à une inflammation silencieuse comme le diabète, l'obésité ou les troubles cognitifs, entre autres. **Ce sont donc des nutriments essentiels à toutes les étapes de la vie**.

Chez l'enfant comme chez l'adulte, il est essentiel **de choisir une dose appropriée**, car des doses élevées peuvent provoquer des modifications de consistance ou de couleur des selles. C'est normal, ce qui est résolu en introduisant progressivement le supplément, avec de faibles doses au début et en



Naturel Oméga-3 Enfants 200 ml

EAN: 8437007026016 FABRICANTE: PURO OMEGA



l'augmentant progressivement jusqu'à la dose optimale.

Quels oméga-3 sont recommandés pour les enfants ?

Les essais cliniques et les professionnels de la santé indiquent que **l'idéal est d'apporter à la fois des oméga-3 (EPA et DHA)**, car dans certains groupes (par exemple ceux souffrant d'un déficit d'attention ou d'une inflammation chronique), une carence sélective en EPA a été constatée. **Les formules qui apportent de l'EPA et du DHA sont généralement recommandées, mais avec de l'EPA en plus grande proportion .**

Que fait le DHA chez les enfants ?

De nombreuses études et essais cliniques concluent que le DHA **augmente les capacités cognitives, l'acuité visuelle et le développement total du cerveau des bébés et des enfants** . En fait, 80 % des acides gras du cerveau sont du DHA, ce qui montre clairement son importance au niveau structurel et fonctionnel pour le système nerveux.

De quelle quantité de DHA un enfant a-t-il besoin ?

Suivant les indications de l'EFSA (Agence Européenne de Sécurité des Aliments), un enfant a besoin **d'un minimum de 250 mg de DHA par jour** pour maintenir des fonctions cérébrales et visuelles normales. Cependant, **l'EPA est également nécessaire** à la fonction cardiovasculaire.

Quelle est la dose d'oméga-3 pour les enfants ?

L'apport en oméga-3 dans l'alimentation de la majorité de la population est vraiment rare et ne couvre pas les besoins quotidiens minimaux (250 mg d'EPA+DHA par jour), et chez les nourrissons, les enfants et les adolescents, la situation est encore pire. Principalement parce que la grande majorité trouve plus attractifs et appétissants d'autres types d'« aliments », malheureusement déficients en nutriments essentiels comme les acides gras, les vitamines ou les minéraux, et riches en glucides raffinés, en gras saturés et trans.

Il peut et doit être administré sur de longues périodes , il n'est pas strictement nécessaire de faire des pauses car il s'agit d'un complément alimentaire.

Composition



Naturel Oméga-3 Enfants 200 ml

EAN: 8437007026016 FABRICANTE: PURO OMEGA



Informations nutritionnelles (quantités minimales garanties dans 5 ml) : 1390 mg d'Oméga-3 (740 mg d'EPA et 460 mg de DHA).

Ingrédients : huile **de poisson** hautement raffinée (anchois et sardines) 100% purifiée et désodorisée à haute teneur en EPA et DHA sous forme de triglycérides naturels (TG), arôme naturel de citron, antioxydants (extrait de romarin, palmitate d'ascorbyle et extrait riche en tocophérols) .

Allergènes : poisson.

Ne contient pas : Blé, gluten, maïs, levure, protéines de soja, produits laitiers, crustacés, arachides, noix, œufs, ingrédients dérivés d'organismes génétiquement modifiés (OGM), colorants artificiels, édulcorants et conservateurs artificiels.

Posologie

- ½ cuillère à dessert (2,5 ml) par jour chez l'enfant de 2 à 5 ans.
- 1 cuillère à dessert (5 ml) par jour chez l'enfant de 7 à 12 ans.
- 2 cuillères à dessert (10 ml) par jour pour les plus de 12 ans.

Conseils

Le DHA contribue au maintien d'une fonction cérébrale et visuelle normale. L'effet bénéfique est obtenu avec un apport quotidien de 250 mg de DHA.

