

## Algenolie Kids DHA en EPA - 30ml

## Algenolie Kids DHA en EPA - 30ml

ARTAB-85

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/artab-85-algenolie-kids-dha-en-epa-30ml>

Met DHA & EPA Omega-3 vetten, goed voor de hersenfunctie, ogen en hart.

## Beschrijving

Wat nu als je kind nog te klein is om Omega-3 algenolie capsules te slikken? Of als capsules gewoon niet prettig zijn om te slikken? Dan kan het druppelflesje een uitkomst zijn.

20 druppels bevatten een mooie gemiddelde dagelijkse dosering voor kinderen vanaf 1 jaar.

Dit bevat ongeveer de hoeveelheid Omega-3 te vergelijken met een klein stukje haring (prikker). Eventueel mogen oudere kinderen (vanaf 7 jaar) een dubbele dosering indien daar behoefte aan is. Voor hen en voor volwassenen is het wellicht goedkoper om de 150 ml fles te overwegen. Het is wetenschappelijk bewezen dat deze hoeveelheid EPA en DHA goed is voor het hart\*\*, goed is voor je gezichtsvermogen\* (helpt om scherp te blijven zien) en goed is voor je hersenfunctie\*. Het gunstige effect wordt verkregen bij een dagelijkse inname van 250 mg DHA\* of 250 mg EPA/DHA\*\*.

Dit zijn wettelijk goedgekeurde gezondheidsclaims. Maar liefst 20% van het vet in onze hersenen bestaat uit Omega-3 DHA; het is een belangrijke bouwsteen voor hersenen (zoals calcium dat is voor de botten).

## Hoe gebruik je het?

Niet op de nuchtere maag innemen, maar tijdens of na een maaltijd, bij voorkeur een maaltijd die andere vetten bevat (bv. yoghurt bij ontbijt of brood bij lunch of na het avondeten). Vanwege de smaak kan de olie ook heel goed worden gebruikt in bv. havermoutpap, yoghurt, salade, shakes of smoothies, etc.

Aanbevolen dosering niet overschrijden. Buiten bereik van kinderen bewaren. Een gezonde leefstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde en evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn. Raadpleeg voor gebruik een deskundige in geval van zwangerschap, lactatie, ziekte of medicijngebruik.

Ideaal is om de olie te gebruiken met andere vetten in een maaltijd. Bijv. geroerd in kwark bij het ontbijt. Zo puur van de lepel kan ook wanneer je gegeten hebt.

1 dosering bevat 350 mg DHA, 170 mg EPA en 30 mg DPA.

30 doseringen van 1 ml (20 druppels).

Eventueel mogen oudere kinderen (vanaf 7 jaar) een dubbele dosering indien daar behoefte aan is.

## Hoe bewaar je dit supplement het beste?

Deze fles kun je het beste ongeopend op een donkere plaats (bij kamertemperatuur of koelkast) bewaren. Geopend altijd koelkast.

## Is de olie geschikt voor zwangere en borstvoeding gevende vrouwen?

Absoluut. Al vanaf 250 mg DHA inname door de moeder, draagt dit bij tot een goede ontwikkeling van de ogen en is dit goed voor de ontwikkeling van de hersenfunctie van de foetus en van zuigelingen die borstvoeding krijgen.

## Hoe moet ik het bewaren?

Ongeopend kan de fles bij kamertemperatuur en in het donker bewaard worden. Geopend dient de fles in de koelkast bewaard te worden.

## Wat zegt de wetenschap over omega-3?

De Omega-3 vetzuren behoren tot de voedingsstoffen die het best zijn onderzocht. Duizenden studies zijn er gedaan naar het belang van deze goede vetten voor onze gezondheid. Vandaar dat de Europese overheid ook officiële gezondheidsclaims heeft opgesteld, die het effect verwoorden van de Omega-3 vetten op het hart, hersenen, ogen, bloeddruk, bloedvetpiegel en als bouwsteen voor het ongeboren kind en voor het kind dat borstvoeding krijgt.

### **Waarom is het nemen van een omega-3 supplement nuttig?**

Omega-3 vetten behoren tot onze essentiële voedingsstoffen. Dat betekent dat, net als bij de meeste vitaminen, je ze via de voeding moet binnenkrijgen. Omdat veel mensen niet van de echte vette vis houden (haring, makreel, sardientjes), is een Omega-3 supplement zoals visolie of algenolie handig.

## **Samenstelling**

Per dosering:

Algenolie: 940 mg

.....waarvan Omega-3: 580 mg

.....waarvan DHA: 350 mg

.....waarvan EPA: 170 mg

.....waarvan DPA: 30 mg

Olie van de microalg *Schizochytrium* sp., natuurlijk sinaasappel aroma, rozemarijn extract, antioxidant (tocoferolrijk extract en ascorbylpalmitaat). Het vitamine-E houdende, natuurlijke antioxidant tocoferolrijk extract beschermt de gevoelige Omega-3 vetzuren. Het sinaasappel aroma komt dus uit echte sinaasappels. Het rozemarijn extract uit echte rozemarijn blaadjes. Ascorbylpalmitaat is niet meer dan is de natuurlijke vet-oplosbare vorm van vitamine C.

**Ingrediënt:** DHA (Docosahexaeenzuur), EPA (Eicosapentaeenzuur), Omega 3

**Vorm:** Vloeistof