

E-Omega 3

Atomy Alaska E-Omega 3



El omega-3 es un tipo de ácido graso esencial poliinsaturado que el cuerpo no puede producir por sí mismo, por lo que debe obtenerse de la dieta. Sus principales formas son el ALA, EPA y DHA, que se encuentran en alimentos vegetales y pescados. El omega-3 es fundamental para la salud del cerebro, el corazón y la visión, y tiene beneficios antiinflamatorios y anticoagulantes.

El ALA (ácido alfa-linolénico) es un omega-3 de origen vegetal.

EPA (ácido eicosapentaenoico)

Se usa en procesos antiinflamatorios, salud cardiovascular y regulación de lípidos en la sangre.

DHA (ácido docosahexaenoico)

Es fundamental para el cerebro, la retina, el sistema nervioso y el desarrollo cognitivo.

La dosis recomendada es de **2 capsulas al día**, lo que proporciona 700 mg de EPA+DHA.

Alaska Omega 3 se produce a partir de pescado.



Alaska Omega 3 utiliza Abadejo de Alaska como especie principal, obtenida con alta pureza en instalaciones de máximos cuidados.

- Reducir triglicéridos en sangre
- Controlar la hipertensión
- Disminuye riesgo de coágulos
- Elasticidad de vasos sanguíneos
- EL DHA es clave para el desarrollo y mantenimiento de las neuronas
- Disminuye el deterioro cognitivo con la edad
- EPA mejora el ánimo y la depresión
- DHA componente esencial de la retina
- Propiedades antiinflamatorias
- Vitamina E, antioxidante
- Fortalece el sistema inmune
- Salud de la piel y cabello
- Menopausia