



## Herbalifeline - Omega 3

### Complemento nutricional com óleo de peixe e ácidos polinsaturados Omega 3

Muitas pessoas tomam comprimidos de óleo de fígado de bacalhau e sente que cubriram, pelo menos, um parte nutritiva. Na actualidade com uma vida bastante agitada e cheia de stress que temos, isso não é suficiente. Sem dúvidas que os produtos marinhos são realmente nutritivos, mas os estudos demonstram que a dieta normal europeia, não está repleta desta estupenda ementa. Herbalife permite-lhe beneficiar de todos estes frutos do mar.

#### São más as gorduras?

Os alimentos que contêm gorduras polinsaturadas proporcionam gorduras essenciais para o organismo, nomeadamente Omega 3 e Omega 6, que são os componentes bons em gorduras.

#### Porque é importante consumir ácidos Omega 3?

Este tipo de ácidos são essenciais para manter o nosso corpo em óptimas condições. O nosso corpo não os produz por si próprio e tem que os obter de fontes externas. Desgraçadamente os ácidos Omega 3 são escasos nas dietas modernas.

#### Toma a quantidade necessária de Omega 3?

Segundo os peritos em nutrição, recomendam que devemos tomar três porções de alimentos marinhos, pelo menos, por semana. Estas porções proporcionam os ácidos Omega 3 necessários.

#### E se não gosta de peixe?

Para as pessoas que não gostam de peixe ou só comem uma vez por semana peixe (ou nenhuma), os ingredientes marinhos de qualidade Omega 3 de Herbalifeline vão ajuda-lo a superar as necessidades do seu corpo e se adaptam a um ritmo de vida stressado, em forma de cápsula.

#### Os ácidos Omega 3 e Omega 6, qual é qual?

A maioria dos óleos que utilizamos baseiam-se em plantas (óleo vegetal ou de girasol), esta a proporcionar uma boa quantidade de ácido Omega 6, mas apenas contêm uma pequena quantidade de ácido Omega 3. Nos alimentos marinhos vai encontrar uma grande quantidade destes ácidos.

#### Quais as necessidades diárias?

As necessidades de ácidos gordurosos essenciais do seu corpo dependem do seu peso, a dieta e o ritmo de vida que tenha. A necessidade de suplementos varia de pessoa para pessoa.

#### Características principais:

Ácidos essenciais Omega 3

- Essenciais para o corpo, que este não pode fabricar, tem que obtê-los de fontes externas.
- Proporcionam uma fonte rica em ácidos eicosapentaenoicos (EPA) e ácido docosahexaenoicos (DHA) que o corpo transforma em prostaglandinas. Estas substâncias são similares às hormonas e se consideram essenciais para o bom funcionamento de certas funções corporais.
  - Fórmula concebida para diminuir o excessivo sabor a peixe.
  - Cápsulas pequenas, fáceis de ingerir e de gel suave.

**Preço:** 41,78€