

EQOLOGY™
Independent Business Partner



OMEGA-3

**WSZYSTKO CO POWINIENIEŚ WIEDZIEĆ
O KWASACH OMEGA-3**

Wstęp

W dzisiejszych czasach coraz większą uwagę przykładamy do zdrowego stylu życia, prawidłowego odżywiania oraz dbania o organizm w sposób świadomy i naturalny.

Jednym z kluczowych składników, które mają ogromny wpływ na nasze zdrowie, są kwasy Omega-3. Są one niezbędne do prawidłowego funkcjonowania organizmu, ale niestety często brakuje ich w naszej diecie.

Kwasy Omega-3 pełnią niezwykle istotną rolę w zachowaniu równowagi zdrowotnej, wspomagając pracę serca, mózgu, układu odpornościowego oraz wielu innych funkcji organizmu. Warto wiedzieć, jakie są ich źródła, jakie korzyści przynoszą oraz dlaczego tak ważne jest wybieranie produktów najwyższej jakości.

W tym e-booku znajdziesz kompleksowe informacje na temat kwasów Omega-3, ich działania, źródeł i znaczenia dla zdrowia.

Dowiesz się również, dlaczego warto wybierać produkty Eqology, które wyróżniają się wyjątkową czystością i skutecznością.

O firmie Eqology

Eqology to renomowana firma specjalizująca się w produkcji wysokiej jakości suplementów diety, w tym kwasów Omega-3. Naszą misją jest dostarczanie czystych, naturalnych i skutecznych produktów wspierających zdrowy styl życia. Filozofia firmy opiera się na dbałości o najwyższą jakość, przejrzystość składu oraz innowacyjność opartą na naukowych badaniach. Współpracujemy z wiodącymi ekspertami w dziedzinie zdrowia oraz instytucjami badawczymi, aby zapewnić naszym klientom skuteczne i bezpieczne suplementy.

Pharma Marine

Producentem naszych kwasów Omega-3 jest Pharma Marine, norweska firma specjalizująca się w produkcji olejów rybnych najwyższej jakości. Pharma Marine stosuje zaawansowane technologie ekstrakcji i oczyszczania, aby zapewnić maksymalną czystość i biodostępność swoich produktów. Dzięki zastosowaniu innowacyjnych metod przetwarzania oleju, uzyskujemy produkt wolny od metali ciężkich i zanieczyszczeń środowiskowych.

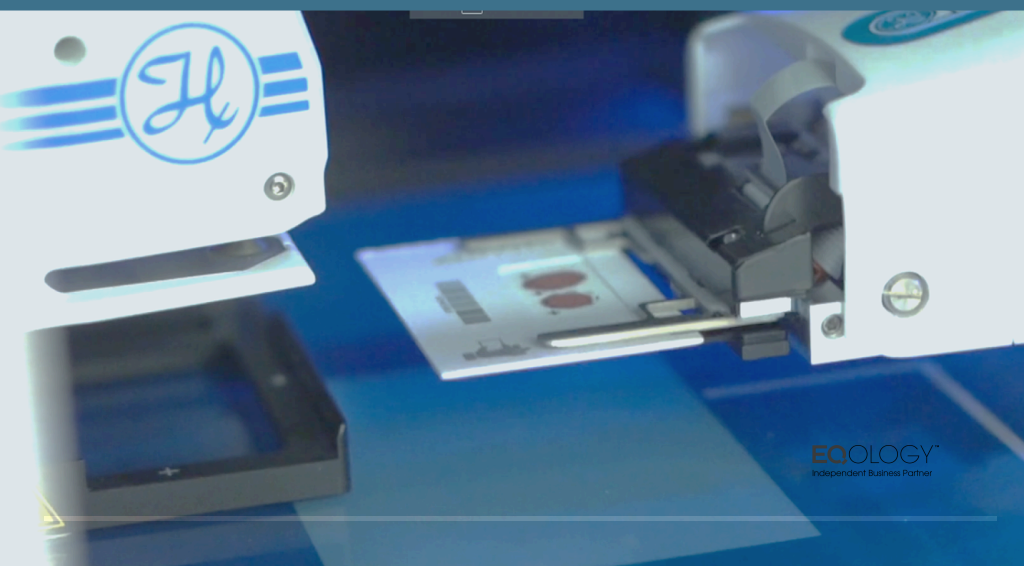
Laboratorium Vitas

Producentem testów z suchej kropli krwi, które pozwalają na ocenę poziomu kwasów Omega-3 w organizmie, jest renomowane laboratorium Vitas.

Jest to nowoczesna placówka badawcza, specjalizująca się w analizach biomarkerów zdrowotnych.

Vitas jest liderem w dziedzinie precyzyjnych badań krwi, wykorzystując najnowsze technologie w celu dostarczenia dokładnych wyników dotyczących poziomu kwasów tłuszczowych w organizmie.

Dzięki współpracy z Vitas nasi klienci mogą kontrolować swoje zdrowie i skuteczność suplementacji Omega-3 w oparciu o naukowe dane.





Czym są kwasy Omega-3?

Kwasy Omega-3 to grupa niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych, które odgrywają kluczową rolę w funkcjonowaniu naszego organizmu. Nie są one syntetyzowane przez organizm w wystarczającej ilości, dlatego muszą być dostarczane z pożywieniem lub suplementacją.

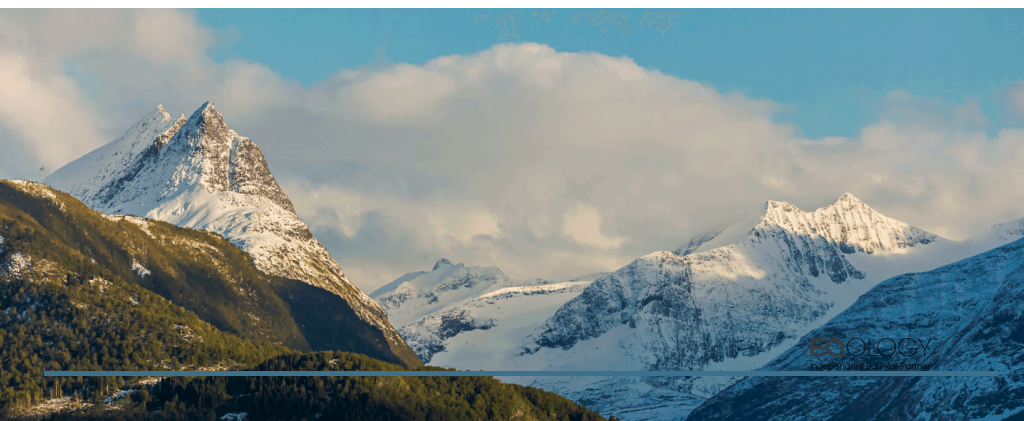
Do najważniejszych kwasów Omega-3 należą:

- **ALA** (kwas alfa-linolenowy) – obecny głównie w produktach roślinnych, takich jak siemię lniane, orzechy włoskie i olej rzepakowy. Jest prekursorem innych kwasów Omega-3, **jednak organizm przekształca go w EPA i DHA w niewielkim stopniu.**
- **EPA** (kwas eikozapentaenowy) – występuje w rybach morskich. Jest niezbędny do produkcji eikozanoidów – związków, które regulują procesy zapalne i działają ochronnie na układ krążenia
- **DHA** (kwas dokozaheksaenowy) – to kluczowy składnik błon komórkowych, szczególnie w mózgu i siatkówce oka. Ma fundamentalne znaczenie dla prawidłowego funkcjonowania układu nerwowego, koncentracji i zdolności poznawczych.

KWASY OMEGA-3 ODGRYWAJĄ KLUCZOWĄ ROLĘ W ORGANIZMIE CZŁOWIEKA

– są budulcem błon komórkowych, wpływają na funkcjonowanie układu krążenia, regulują reakcje zapalne i poprawiają komunikację między komórkami nerwowymi.

Ich odpowiedni poziom w organizmie jest niezbędny dla zachowania dobrego zdrowia.





Wiedzieliście o tym?

Oto najnowsze badania dotyczące kwasów omega-3:



1. Kwasy omega-3 a ryzyko nowotworów:

Badanie opublikowane w "International Journal of Cancer" w październiku 2024 roku wykazało, że wyższe poziomy kwasów tłuszczowych omega-3 we krwi są związane z niższym ryzykiem 14 różnych rodzajów raka, w tym raka okrężnicy, żołądka, płuc, mózgu i pęcherza.

2. Kwasy omega-3 a proces starzenia:

Badanie opublikowane 3 lutego 2025 roku w czasopiśmie "Nature" sugeruje, że suplementacja kwasami omega-3 może spowolnić proces starzenia biologicznego. U osób starszych, które przyjmowały kwasy omega-3, zaobserwowano opóźnienie starzenia o średnio 3 miesiące w porównaniu do grupy placebo.

3. Kwasy omega-3 a włóknienie płuc:

Badanie opublikowane 8 stycznia 2024 roku w czasopiśmie "Chest" sugeruje, że dieta bogata w kwasy omega-3 może opóźniać postęp włóknienia płuc, co jest korzystne dla pacjentów z chorobami płuc.

Wiedzieliście o tym?

Oto najnowsze badania dotyczące kwasów omega-3:



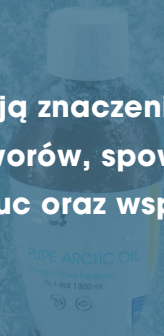
4. Kwasy omega-3 a zdrowie mózgu:

Badanie opublikowane 13 listopada 2024 roku w "JAMA Network Open" wykazało, że suplementacja kwasami omega-3 może wspierać pamięć i funkcje poznawcze, szczególnie u osób noszących gen APOE-e4, który jest silnym czynnikiem ryzyka choroby Alzheimera.

5. Ochrona przed chorobą Alzheimera:

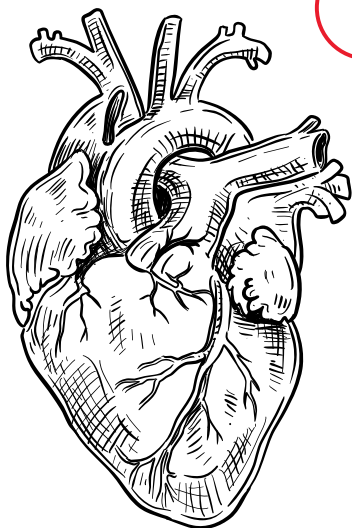
Analiza danych od 1,5 tysiąca osób w wieku 65 lat i starszych wykazała, że wysokie stężenie kwasu dokozaheksaenowego (DHA), jednego z głównych kwasów omega-3, wiązało się z 49% mniejszym ryzykiem rozwoju choroby Alzheimera.

Te badania podkreślają znaczenie kwasów omega-3 w profilaktyce nowotworów, spowolnieniu procesu starzenia, ochronie płuc oraz wspieraniu zdrowia mózgu.



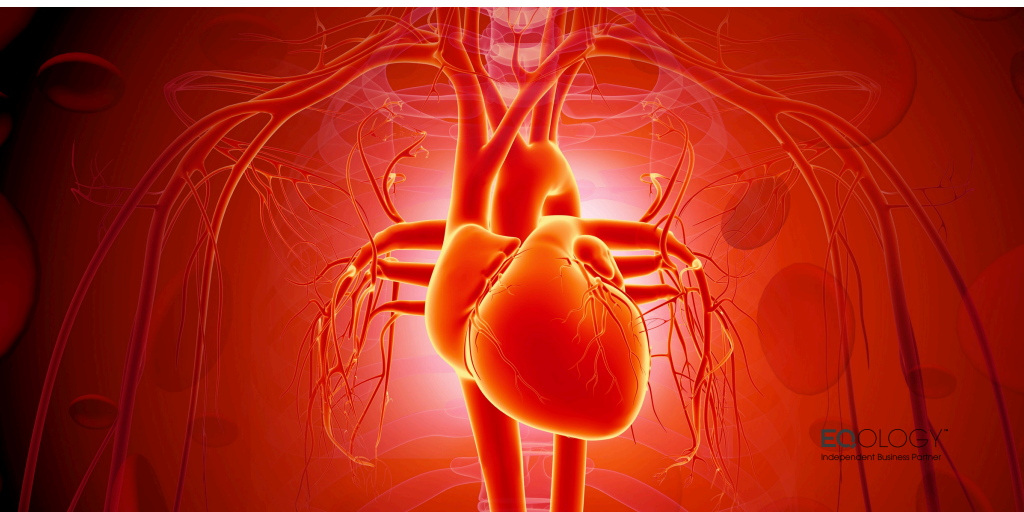
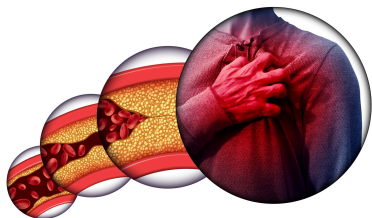
KORZYŚCI ZDROWOTNE OMEGA-3

Wspierają pracę serca i układu krążenia

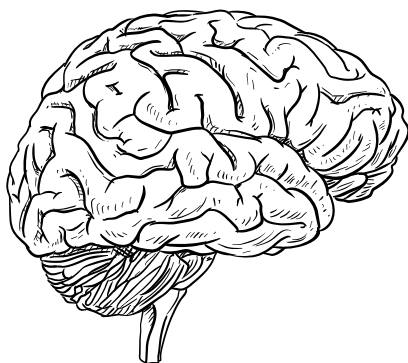


Badania kliniczne potwierdzają, że kwasy tłuszczowe omega-3, zwłaszcza **EPA pomagają regulować poziom cholesterolu**, redukują stany zapalne w naczyniach krwionośnych, obniżają ciśnienie tętnicze oraz zmniejszają ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, w tym zawału serca i udaru mózgu.

Omega-3 pomagają obniżyć poziom trójglicerydów, poprawiają elastyczność naczyń krwionośnych oraz zmniejszają ryzyko zakrzepów. Działają również przeciwzapalnie, co wspiera zdrowie serca i układu krążenia.



Poprawiają funkcjonowanie mózgu i układu nerwowego



Kwasy omega-3, zwłaszcza **DHA** (kwas dokozaheksaenowy), **są kluczowe dla prawidłowego rozwoju i funkcjonowania mózgu.**

Wspierają pamięć, koncentrację i poprawiają zdolności poznawcze. Istnieją także badania sugerujące, że omega-3 wspiera pamięć, koncentrację, oraz **mogą wspomagać profilaktykę chorób neurodegeneracyjnych, takich jak Alzheimer.**

Mózg człowieka składa się w około 60% z tłuszczu, a kluczowym składnikiem tej tłuszczowej struktury są kwasy tłuszczowe omega-3, w tym DHA (dokozaheksaenowy). DHA stanowi aż 97% wszystkich kwasów omega-3 w mózgu.

Co ciekawe, ludzki mózg zawiera więcej DHA niż jakiegokolwiek innego organu w ciele.



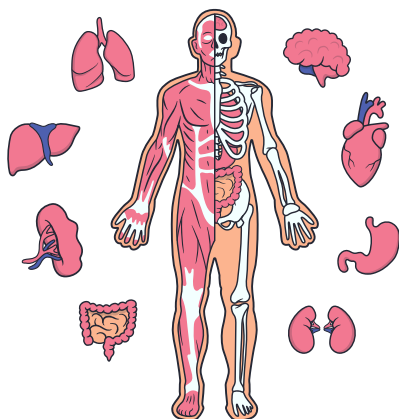
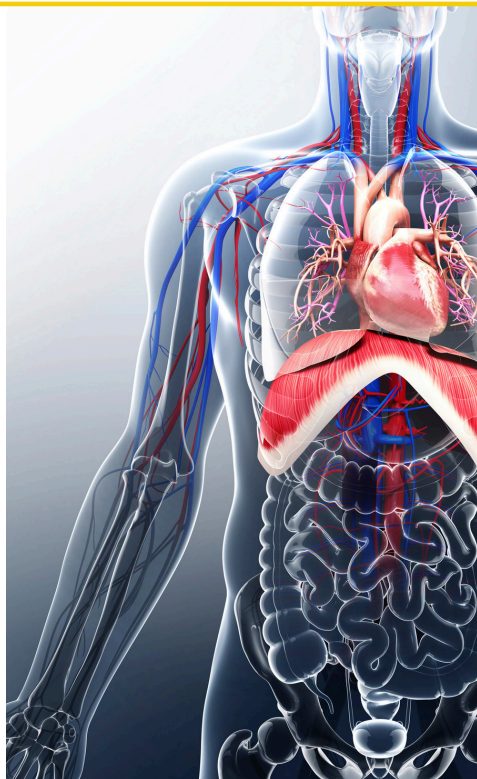
Działanie przeciwzapalne i odporność

Kwasy omega-3 mają silne działanie przeciwzapalne i wspierają odporność.

Pomagają regulować reakcje układu immunologicznego, zmniejszając przewlekłe stany zapalne, które są przyczyną wielu chorób, takich jak choroby serca, cukrzyca czy reumatoidalne zapalenie stawów.

Omega-3 mogą także zwiększać odporność na infekcje, wspierając produkcję komórek odpornościowych i zmniejszając ryzyko chorób autoimmunologicznych.

Regularne spożywanie omega-3 może przyspieszać regenerację organizmu i łagodzić objawy alergii oraz astmy.



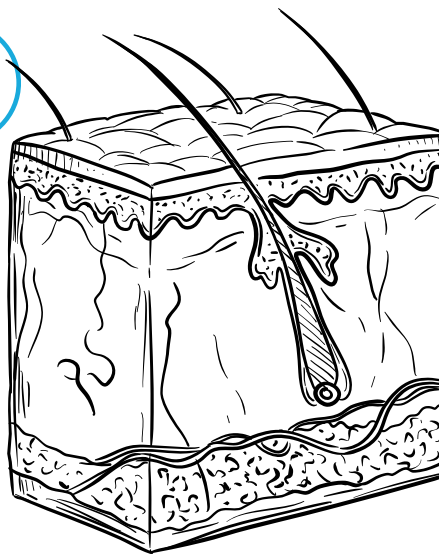
EPA i DHA mają silne właściwości przeciwzapalne, co sprawia, że są niezwykle skuteczne w łagodzeniu przewlekłych stanów zapalnych, takich jak reumatoidalne zapalenie stawów, astma czy choroby autoimmunologiczne.

Piękna skóra, włosy i paznokcie

Kwasy omega-3 wspierają zdrowie

skóry, włosów i paznokci. Pomagają w nawilżeniu skóry, zmniejszają stany zapalne (np. przy trądziku czy łuszczycy) oraz chronią przed uszkodzeniami UV.

Włosy stają się mocniejsze, mniej wypadają i lepiej się nawilżają, co pomaga w walce z łupieżem i suchością. Omega-3 poprawiają również kondycję paznokci, zapobiegając ich łamliwości i rozdławianiu, wspomagając ich wzrost i zdrowy wygląd. Regularne spożywanie omega-3 wpływa na lepszy wygląd skóry, włosów i paznokci.



Omega-3 pomagają redukować zaczerwienienia i stany zapalne skóry, przeciwdziałając jej starzeniu i suchości.

Według badań w Journal of Lipid Research zmarszczki mogą być mniejsze nawet o 15%.



 It's in our nature

EOLOGY™

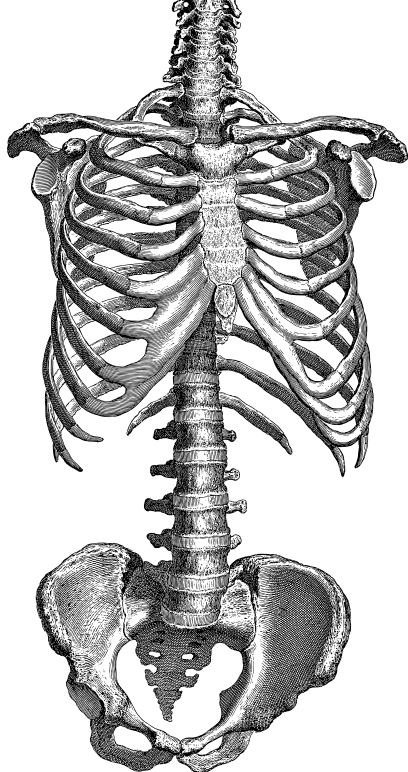
PO 4 MIESIĄCACH UŻYWANIA EOLOGY PURE ARCTIC OIL



PRZED



PO



Zdrowie stawów i kości

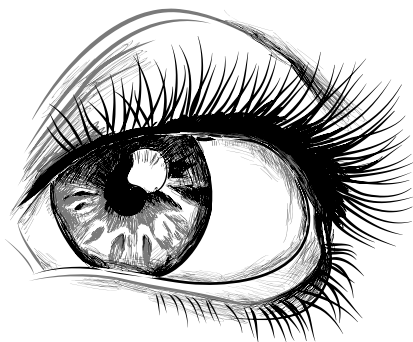
Omega-3 wspomagają zdrowie kości i stawów poprzez swoje właściwości przeciwzapalne, co pomaga w leczeniu stanów zapalnych, jak reumatoidalne zapalenie stawów. **Wspierają także produkcję kolagenu**, poprawiając elastyczność stawów, a także zwiększają gęstość kości, co zmniejsza ryzyko osteoporozy i złamań. Regularne spożywanie omega-3 może zmniejszyć ból i sztywność stawów, poprawiając ich funkcjonowanie.

U osób, które regularnie spożywają omega-3, stwierdzono mniejsze zużycie chrząstki stawowej, co **może pomóc w zapobieganiu chorobom zwyrodnieniowym stawów**. Omega-3 mogą także poprawiać regenerację stawów po urazach, wspomagając ich odbudowę.



Wspomaganie zdrowia oczu

Omega-3, szczególnie **DHA**, wspierają **zdrowie wzroku** poprzez ochronę przed zwyrodnieniem plamki żółtej i zaćmą. Poprawiają nawilżenie oczu, redukując ryzyko suchego oka, a także wspomagają rozwój wzroku u dzieci. Regularne spożywanie omega-3 pomaga chronić siatkówkę i spowolnić degeneracyjne zmiany w oczach.

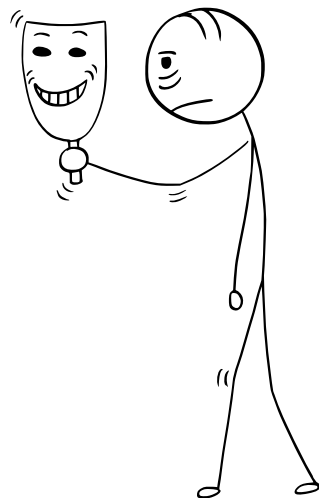


Omega-3 mogą pomóc w poprawie widzenia w słabym świetle. Badania sugerują, że **DHA, składnik omega-3, jest kluczowy dla funkcjonowania komórek siatkówki** odpowiedzialnych za widzenie w niskich warunkach oświetleniowych. Dlatego osoby z wyższym poziomem omega-3 **mogą mieć lepszą zdolność widzenia w ciemności**, co jest szczególnie ważne dla kierowców i osób starszych.

Poprawa nastroju

Kwasy omega-3 mają pozytywny wpływ na nastrój i zdrowie psychiczne.

Pomagają w łagodzeniu objawów depresji, szczególnie **DHA, który może działać przeciwdepresyjnie**. Regularne spożywanie omega-3 zmniejsza objawy lęku i stresu, poprawia koncentrację i zarządzanie emocjami.



Kwasy omega-3 wspierają zdrowie psychiczne, **pomagając w walce z depresją i lękami**. Są także pomocne w leczeniu objawów depresji poporodowej oraz mogą wspierać stabilizowanie nastroju w przypadku zaburzeń afektywnych.



Wsparcie w rozwoju dziecka

Kwasy omega-3, zwłaszcza **DHA**, są **kluczowe dla rozwoju mózgu**, układu nerwowego i wzroku dziecka. Wspierają pamięć, koncentrację i zdolności poznawcze, a także mogą zmniejszać ryzyko ADHD i autyzmu. Omega-3 są niezbędne w okresie ciąży i karmienia piersią, ponieważ **wpływają na rozwój inteligencji i zdolności motorycznych dziecka**. Dodatkowo wspierają układ odpornościowy i zmniejszają ryzyko alergii.



Badanie opublikowane w The Lancet wykazało, że dzieci, których matki spożywały duże ilości kwasów omega-3 w ciąży, miały wyższy iloraz inteligencji (IQ) oraz lepsze zdolności motoryczne i językowe w wieku szkolnym. Naukowcy podkreślają, że **DHA jest kluczowe dla rozwoju mózgu płodu**, a jego niedobór może negatywnie wpłynąć na funkcje poznawcze dziecka w przyszłości.



Zdrowa ciąża, zdrowe dziecko



Kwasy omega-3, zwłaszcza **DHA**, są **kluczowe dla zdrowia kobiety w ciąży** i prawidłowego rozwoju dziecka. Wspierają rozwój mózgu, układu nerwowego i wzroku płodu, a także zmniejszają ryzyko przedwczesnego porodu i niskiej masy urodzeniowej.

U kobiet w ciąży omega-3 mogą zmniejszyć ryzyko depresji poporodowej.

Ponadto, omega-3 wspierają poziom serotoniny, co poprawia nastrój i uczucie dobrostanu.

W badaniach opublikowanych w Pediatrics, suplementacja **DHA w ciąży wspiera rozwój mózgu i siatkówki dziecka**, co przekłada się na wyższe IQ i lepszą koordynację ruchową u dzieci.





EQOLOGY™

PURE ARCTIC OIL
FOR KIDS

Omega-3 from the Arctic
100% natural | 150 ml



It's in our nature



Dlaczego warto wybrać Omega-3 od Eqology?

- Certyfikowana jakość: **GMP, MSC, COLOGNE LIST, HALAL, TERRA CRETA** – gwarancja czystości i skuteczności,
- Brak metali ciężkich i toksyn,
- Wysoka biodostępność – doskonałe wchłanianie,
- Potwierdzona skuteczność w badaniach klinicznych,
- Niezależne badania na brak zawartości metali ciężkich w produkcie,
- Brak sztucznych dodatków,
- Produkt jednego pochodzenia – dziko żyjące ryby dorszowate (czarniak, plamiak),
- Polifenole, wit. D, E,
- NISKI TOTOX - 3,7

PURE ARCTIC OIL

Pełne spektrum omega-3 z certyfikowanych MSC połowów arktycznego, dziko żyjącego dorsza.

W 100% naturalny, pozyskiwany w zrównoważony sposób i w pełni identyfikowalny

Nasycony organiczną, tłoczoną na zimno oliwą z oliwek z witaminą D

Naturalnie bogaty w antyoksydanty (ekstrakt z rozmarynu i witamina E)



Bogaty w polifenole zapobiegające utlenianiu

Nagrodzony prestiżową Superior Taste Award 7 lat z rzędu

Udokumentowane działanie



LINIA PRODUKTÓW PURE ARCTIC OIL

Ponad 550 000 klientów przejęło kontrolę nad swoim zdrowiem dzięki Eqology's Health Concepts.



SZEŚCIOMIESIĘCZNA SUPLEMENTACJA DLA ZDROWIA:

Miesiąc 1

Miesiąc 2

Miesiąc 3

Miesiąc 4

Miesiąc 5

Miesiąc 6+



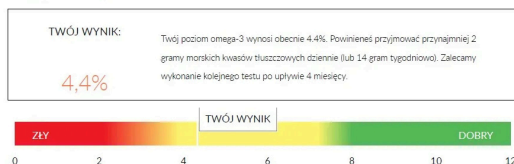
EQOLOGY™
Independent Business Partner

Czy wiesz, że średnio 9 na 10 osób ma niedobory omega-3?*

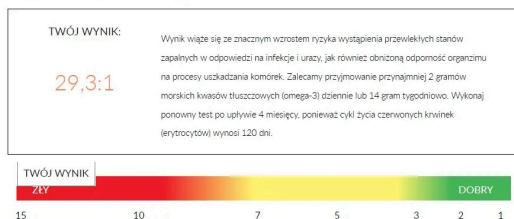


Testy omega-3 EQOLOGY mierzą poziom kwasów omega-3 we krwi, pomagając zidentyfikować ich niedobory. Dzięki nim można ocenić, czy organizm ma odpowiednią ilość omega-3 dla zdrowia serca, mózgu i układu odpornościowego, umożliwiając odpowiednie dostosowanie diety lub suplementacji.

Twój poziom omega-3



Twój balans omega-6 (AA)/omega-3 (EPA)



Testy EQOLOGY są realizowane przez niezależne Laboratorium Vitás AS Laboratory w Oslo, w Norwegii.

Wyniki są dostępne na stronie omegaratiotest.com w przeciągu 20-30 dni roboczych.



PURE ARCTIC OIL RODZINA



Omega-3 (DHA & EPA)	1420 mg	1500 mg	2000 mg	1500 mg
Vitamin A	-	-	400 mcg	-
Lutein	-	-	10 mg	10 mg
Vitamin D	20 mcg	20 mcg	20 mcg	20 mcg
Glass bottle	-	YES	YES	YES

* contents per 10 ml. dose

Omega-3 to klucz do pełni zdrowia, energii i dobrego samopoczucia. Wybierając produkty Eqology, stawiasz na czystą, naturalną jakość i maksymalną skuteczność potwierdzoną badaniami.

Pamiętaj o regularnym spożywaniu Omega-3 dla zachowania zdrowia i dobrej kondycji organizmu.



EQOLOGY
Independent Business Partner



IMIĘ:
NAZWISKO:
EQ ID:

MOŻLIWOŚĆ ZAKUPU:

SCAN  
ME  