



### OMEGA -3

Sono acidi grassi che si dividono in

- ACIDI GRASSI SATURI (cattivi come burro e pancetta)
- ACIDI GRASSI MONOINSATURI (olio di oliva)
- ACIDI GRASSI POLINSATURI (omega – 3)

Gli omega-3 sono coinvolti in:

- . regolazione ormonale
- . livello di trigliceridi
- . infiammazione
- . formazione del feto
- . funzione del cuore (danno vasodilatazione)
- . vista
- . sistema nervoso
- . pressione sanguigna (la abbassano)
- . capacità cerebrale
- . pelle
- . livelli di colesterolo (li abbassano)

#### OLIO DI KRILL

Estratto da Krill Euphausia Superba che è un crostaceo che vive nell'oceano antartico in zone prive di contaminanti.

È contenuto nell'integratore MEGARED che a differenza degli altri integratori gli Omega-3 sono legati ai fosfolipidi anziché ai trigliceridi. I fosfolipidi hanno la funzione di grasso strutturale quindi presenti in maniera sostanziale nell'organismo, l'utilizzo è veloce così come l'assorbimento poiché si dissolvono nell'ambiente gastrico. Gli omega-3 legati ai fosfolipidi sono più biodisponibili .