Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

Dane aktualne na dzień: 17-11-2026 21:51

Link do produktu: https://kawkaje.com/fish-omega-3-trojglicerydy-180120-mg-60-kapsulek-p-720.html



Fish Omega 3 Trójglicerydy 180/120 mg 60 kapsułek

Cena	**29,90 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Numer katalogowy	**ALIFISHTROJ180**

Opis produktu

Fish Omega 3 Trójglicerydy.

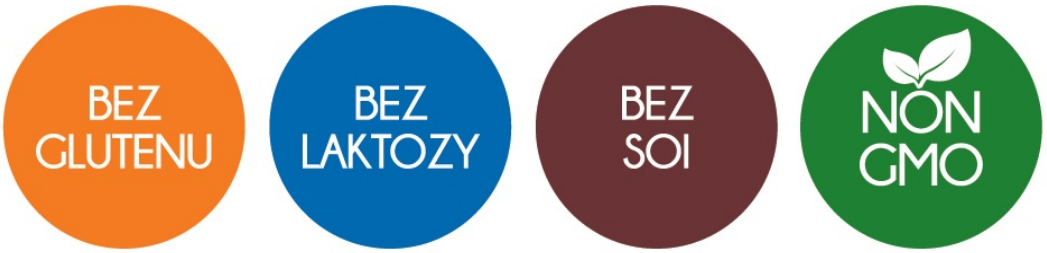
Kwasy omega-3, a zwłaszcza EPA i DHA, odgrywają bardzo ważną rolę w utrzymaniu zdrowia serca, mózgu i wzroku.

180/120 mg

suplement diety

60 kapsułek

EPA 180 mg
DHA 120 mg.



Wysoko skoncentrowany olej rybi, bogaty w naturalne kwasy omega 3: EPA i DHA.

Składniki	1 kapsułka	2 kapsułki (porcja dzienna)
Olej rybi	1000 mg	2000 mg
W tym:		
EPA	180 mg	360 mg
DHA	120 mg	240 mg

Składniki: olej rybi (18% EPA/12%DHA), składniki otoczki: żelatyna, substancja utrzymująca wilgoć - glicerol, woda.

Zalecana porcja do spożycia w ciągu dnia niezbędna do uzyskania korzystnego działania produktu: 1 kapsułka, dwa razy dziennie. Najlepiej przyjmować podczas posiłków. Nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia.

Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

Produkt nie może być stosowany jako substytut (zamiennik) zróżnicowanej diety. Zaleca się stosowanie zbilansowanej diety i zdrowego trybu życia.

Zawartość opakowania: 60 kapsułek

Warunki przechowywania: Przechowywać w temperaturze pokojowej w sposób niedostępny dla małych dzieci. Chronić przed wilgocią.

Kwasy omega 3 trójglicerydy czy estry?
Różnica między trójglicerydami, a estrami kwasów omega wynika z ich struktury chemicznej i biodostępności, co wpływa na sposób w jaki organizm je przyswaja i wykorzystuje.
Wybór odpowiedniej formy suplementacji kwasów omega-3 (TG czy EE) zależy od indywidualnych potrzeb, ceny i dostępności surowca. Trójglicerydy to Naturalna forma, lepiej przyswajalna o wysokiej biodostępność, ale droższa i mniej dostępna na rynku. Estry etylowe to przetworzona forma (bardziej dostępna i popularna na rynku), chętnie stosowana ze względu na możliwość uzyskania wysokiej koncentracji kwasów omega-3.

Trójglicerydy (TG)
Trójglicerydy to związki, w których trzy cząsteczki kwasów tłuszczowych (np. omega-3) są przyłączone do jednej cząsteczki glicerolu. Występują naturalnie w większości tłuszczów i olejów pochodzenia roślinnego i zwierzęcego (np. w rybach). Trójglicerydy są dobrze rozpoznawane przez enzymy trawienne (lipazy), dlatego ich przyswajanie przez organizm jest bardzo skuteczne. Po trawieniu kwasy tłuszczowe są uwalniane z glicerolu, co pozwala na ich wykorzystanie jako źródło energii lub materiał budulcowy.

Fish Omega-3 Trójglicerydy to źródło kwasów omega-3, w przystępnej formie miękkich kapsułek. Głównym składnikiem produktu jest wysokiej jakości olej rybi, który charakteryzuje się wysoką koncentracją kwasów Omega-3: EPA (kwas eikozapentaenowy) i DHA (kwas dokozaheksaenowy) w postaci trójglicerydów.

Każda kapsułka Fish Omega-3 Trójglicerydy dostarcza aż 300 mg niezbędnych kwasów omega-3, w tym 180 mg EPA oraz 120 mg DHA.

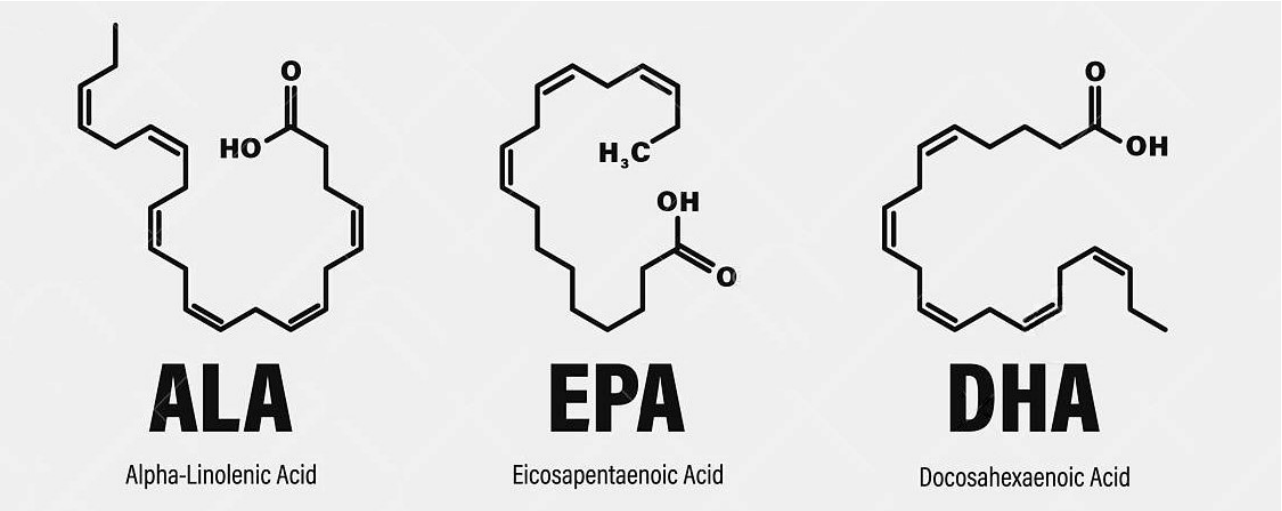
Czym są kwasy omega-3?

Kwasy OMEGA-3 to wspólna nazwa dla grupy związków należących do niezbędnych nienasyconych kwasów tłuszczowych (NNKT).

Kwasy OMEGA-3 są...
NIEZBĘDNE – ponieważ w przeciwieństwie do nasyconych kwasów tłuszczowych, organizm nie jest w stanie sam ich wytwarzać, a są potrzebne na wielu poziomach jego funkcjonowania. Dlatego muszą być dostarczane w odpowiednich ilościach w pożywieniu.

NIENASYCONE – co oznacza że w cząsteczkach tych kwasów znajduje co najmniej jedno podwójne wiązanie pomiędzy atomami węgla w łańcuchu węglowym. Przyrostek ‘3’ oznacza natomiast, że ostatnie takie wiązanie podwójne znajduje się przy trzecim atomie węgla od końca łańcucha.

Trzy główne kwasy OMEGA-3, które odgrywają najważniejszą rolę w zdrowym odżywianiu, to:



OMEGA-3 czy OMEGA-6?
Dostarczanie zarówno kwasów omega-3 jak i omega-6 jest bardzo ważne dla prawidłowego funkcjonowania organizmu jednak,

Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

ze względu na to że w organizmie człowieka przemiany kwasów tłuszczowych z rodziny n-3 (omega 3) i n-6 (omega 6) uzależnione są od tych samych enzymów, istotne jest aby zachować ich odpowiedni stosunek w diecie. Nadmierna przewaga w diecie kwasu linolowego (prekursora rodziny n-6) hamuje syntezę EPA i DHA (rodzina n-3) i pogłębia ich wtórny niedobór. Optymalny stosunek omega-3 do omega-6 to 1:4-5.

W codziennej diecie przeciętnego Europejczyka proporcja znacznie różni się od tej prawidłowej i wynosi 1:15-20 dlatego w wielu przypadkach wskazana jest suplementacja kwasów omega-3.

Kwasy tłuszczowe Omega-3 (DHA i EPA) mają korzystny wpływ na zdrowie, a ich suplementacja jest zalecana dla osób w każdym etapie życia :

DHA i EPA przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania serca*
DHA pomaga utrzymać prawidłowe widzenie**
DHA przyczynia się do utrzymania prawidłowych funkcji mózgu**

*korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg EPA i DHA dziennie.

**korzystne działanie występuje w przypadku spożywania 250 mg DHA dziennie.

