

INFORMACIÓN DE REFERENCIA RÁPIDA ACERCA DE OMEGA III SALMON OIL



¿Cuál es la razón de que los esquimales así como de que algunos otros pueblos cuya alimentación se basa en el consumo de pescado padezcan de pocas muertes provocadas por ataques al corazón? ¿Cómo podría ser que el aceite de pescado evite la artritis, el dolor menstrual y otros tipos de inflamación? ¿Por qué es que se le llama al pescado “el alimento del cerebro”? La respuesta para todas estas preguntas pueden ser los ácidos grasos omega-3, “las grasas buenas” de pescados grasos, tales como las del salmón puede ser que ayuden a que los órganos y los tejidos incluyendo al corazón, vasos sanguíneos, cerebro, nervios, ojos, piel y articulaciones, tengan un óptimo funcionamiento; puede ser que también eviten la inflamación. Mientras que los investigadores recomiendan tomar de dos a tres porciones de pescado graso por semana, la mayoría de nosotros consumimos sólo una por semana. La grasa de pescado es la fuente natural más rica de la muy benéfica y larga cadena de ácidos grasos llamados omega-3, conformada por los ácidos EPA (ácido eicosapentanóico) y DHA (ácido decosahexanóico). El Omega III Salmon Oil de GNLD, por su pureza y potencia, puede elevar la cantidad necesaria de omega-3 para la dieta, a la vez que también puede propiciar el que se cree un equilibrio muy sano de ácidos grasos. Tres cápsulas proporcionan el valor omega-3 equivalente a una porción óptima de salmón fresco.

“A pesar de que los investigadores recomiendan tomar de dos a tres porciones de pescado graso por semana, la mayoría de nosotros consume sólo una porción por semana”.

¿POR QUÉ EL ACEITE DE PESCADO ES RICO EN ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3?

- La grasa de pescado es la fuente más rica de ácidos grasos omega-3 saludables, pero la mayoría de nosotros no consumimos las dos o tres raciones por semana que los expertos recomiendan para poder gozar de una salud óptima.
- Los ácidos grasos Omega-3 ayudan a que los tejidos y órganos del cuerpo trabajen de una forma óptima, situación que es más notoria en el funcionamiento del corazón, vasos sanguíneos, cerebro, nervios, ojos, piel y articulaciones.
- Los ácidos grasos Omega-3 pueden prevenir la sobreproducción de sustancias que causan inflamación y que contribuyen a la aparición de artritis, dolor menstrual, psoriasis, intestino inflamado y de otros padecimientos.
- Los ácidos grasos Omega-3, cruciales para el desarrollo del cerebro y ojos de los niños, se encuentran naturalmente presentes en la leche materna. Los niños

cuyas madres consumen alimentos ricos en ácidos grasos omega-3 poseen niveles más altos de estos ácidos, que aquellos cuyas madres no consumen alimentos ricos en ellos.

- Aquellas personas a quienes no les gusta el pescado, pueden obtener, a partir de suplementos, los ácidos grasos omega-3 necesarios para gozar de una salud óptima.

¿POR QUÉ OMEGA-III SALMON OIL DE GNLD?

- **Contiene aceite puro de salmón.** No contiene aceites indeseables de mariscos o crustáceos, de tiburón, rémoras, depredadores del fondo del mar ni de mamíferos marinos.
- **Proviene de saludable salmón fresco extraído de aguas completamente puras.** Los salmones son extraídos de las profundas aguas del Atlántico Norte, su estado de salud es analizado y cuidado para certificar que no tengan enfermedades y poder ser seleccionados como aptos para el consumo humano.






- **Sólo se utilizan los “aceites corporales”.** El hecho de que los aceites sean seleccionados de la porción comestible del salmón, reduce la exposición a sustancias tóxicas que pudieran haberse alojado en sus órganos (herbicidas, pesticidas, metales pesados y vitaminas A y D).
- **Su efectividad está garantizada** por dos años después de su elaboración. Tres cápsulas proveen (al menos) ácidos grasos concentrados omega-3 -540 mg de EPA (ácido eicosapentanoico) y 360 mg de DHA (ácido docosahexanoico).
- **Cantidades balanceadas de EPA y de DHA,** tal como se encuentran en la naturaleza.
- **Una porción del ácido graso omega-3 contiene tres onzas de salmón,** en tres cápsulas.
- **No contiene ni vitamina A ni D.**
- **Es extremadamente bajo en colesterol.** Sólo tiene 2 mg de colesterol en cada cápsula.
- **Sólo contiene 10 calorías por cápsula.**
- **Son cápsulas hechas de gelatina suave muy fáciles de deglutir.**

CARACTERÍSTICAS DEL PRODUCTO

- **Se deriva de aceite de salmón puro.** No contiene aceites indeseables de mariscos o crustáceos, de tiburón, rémoras, depredadores del fondo del mar ni de mamíferos marinos.
- **Su estado de salud es analizado.** Se certifica que los pescados no tengan enfermedades y luego son seleccionados como aptos para el consumo humano.
- **Sólo se utilizan los “aceites corporales”.** Los aceites son seleccionados de la porción comestible del salmón y no de los órganos en donde pudieran almacenarse sustancias tóxicas.
- **Potencia.** Tres cápsulas proveen 540 mg de EPA (ácido eicosapentanoico) y 360 mg de DHA (ácido docosahexanoico).
- **Cantidades balanceadas de EPA y de DHA,** tal como se encuentran en la naturaleza.
- **El valor del ácido graso omega-3 de tres onzas de salmón,** en tres cápsulas.
- **Es extremadamente bajo en colesterol.** Sólo tiene 2 mg de colesterol en cada cápsula.
- **Bajas calorías.** Sólo contiene 10 calorías por cápsula.
- **Son cápsulas hechas de gelatina suave muy fáciles de deglutir.**



NUTRITIONALS
 Nature • Science

Este producto especialmente preparado a base de lípidos marinos se deriva exclusivamente de salmones frescos libres de enfermedades y seleccionados con base en su salud para consumo humano únicamente. No contiene aceites de tiburón o de especies carroñeras, crustáceos, especies para ceba o mamíferos marinos.


Consérvese en un lugar fresco y seco, lejos de la luz directa del sol. Empacado con sello de seguridad.

NO SE VENDE EN COMERCIOS AL MENUDEO
 Disponible Exclusivamente a Través de los Distribuidores GNDL

Producto elaborado en Estados Unidos de America



Golden Neo-Life Diamite International, S.A. de C.V.
 Quintana Roo #12, Colonia Roma Sur
 C.P. 06760, Mexico DF
Nutrición de vanguardia desde 1958.



OMEGA III SALMON OIL


Aceite de Salmón Concentrado Puro con AEP y ADH

90 CÁPSULAS

USO SUGERIDO: 3 cápsulas al día como fuente alimenticia de AEP y ADH.

El aceite de salmón puro de GNDL es la fuente natural más rica de los ácidos grasos Omega III AEP (ácido eicosapentanoico) y ADH (ácido docosahexanoico). Las investigaciones realizadas hasta ahora han demostrado que los ácidos grasos Omega III juegan un importante papel en las funciones metabólicas humanas.

Tres (3) cápsulas suministran:
 AEP (Ácido Eicosapentanoico) 540 mg
 ADH (Ácido Docosahexanoico) 360 mg



Lote #
Consumase preferentemente antes del:

LA HISTORIA DE LOS ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3



LÍPIDOS DIETÉTICOS: LOS BUENOS, LOS MALOS Y LOS ESENCIALES

En nuestra eterna búsqueda de la esbeltez, hemos convertido a la grasa en una villana. Y en nuestros intentos por consumir dietas bajas en grasas y por evitar las grasas saturadas y el colesterol, frecuentemente cometemos el error de evitar todas las grasas. Pero no todas las grasas son malas. En realidad, la grasa puede ser buena y hasta esencial.

Definitivamente requerimos de ciertas grasas para estar sanos -lípidos, esteroides y ácidos grasos esenciales-. Algunos tipos de grasas “buenas” forman el grosor de las membranas que rodean cada célula del cuerpo. Otros tipos de grasas son componentes críticos de los tejidos grasos del cerebro, ojos y nervios y juegan roles importantes en la defensa del cuerpo.

PARA GOZAR DE UNA BUENA SALUD, ES ESENCIAL QUE EXISTA UN EQUILIBRIO ENTRE LOS ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3 Y OMEGA-6

De las muchas grasas “buenas” que juegan roles importantes en el cuerpo, dos tipos — los ácidos grasos poli-insaturados omega-6 y omega-3 — han atraído mucha atención de la comunidad científica, en las últimas dos décadas, de probar sus benéficos efectos. En las dietas de los países desarrollados, los requerimientos mínimos de ácidos grasos omega-6, que se encuentran en aceites vegetales y en muchos otros alimentos, son incluso hasta sobrepasados. Los ácidos grasos omega-3 son más difíciles de encontrar, ya que las grasas de pescado — especialmente de salmón, arenque, caballas y sardinas — son las únicas fuentes viables en la dieta.

Si Usted no está consumiendo de dos a tres porciones de pescado graso por semana, puede ser que no esté obteniendo

suficientes cantidades de ácidos EPA (ácido eicosapentanoico) y DHA (ácido docosahexanoico). Estas largas cadenas de ácidos grasos omega-3, son necesarias para el crecimiento y desarrollo normal y óptimo funcionamiento del corazón, de la sangre y de los vasos sanguíneos, del cerebro, nervios, ojos, articulaciones, piel y órganos sexuales. Los ácidos grasos omega-3, han sido sujeto de más de 2,000 estudios científicos¹. Existe gran conocimiento con relación a sus efectos favorables en la salud cardiovascular, ya que “adelgazan” la sangre y disminuyen el riesgo de coagulación de la sangre y de arritmias cardíacas. Además, puede ser que los ácidos grasos omega-3 jueguen el rol de inhibir inflamaciones y cáncer.

Los ácidos grasos omega-3 y omega-6 son denominados ácidos “esenciales” porque el cuerpo humano no los puede producir en cantidades suficientes, así que tienen que ser obtenidos a partir de suplementos en la dieta. Por ejemplo, el cuerpo puede producir los ácidos grasos omega-3 EPA y DHA a partir de un compuesto original: ácido linolénico, aunque esta síntesis es lenta y poco confiable. Debido a esta razón se obtienen más fácilmente directamente de la dieta como nutrientes preformados, como se presentan en el aceite de pescado.

Los científicos de todo el mundo han recomendado recientemente que las agencias gubernamentales reconozcan oficialmente las diferencias cruciales que existen entre los ácidos grasos omega-3 y omega-6. En los Estados Unidos la Academia Nutricional de Ciencias está considerado el establecer Recomendaciones Dietéticas (RDAs) para estos nutrientes esenciales. Canadá fue el primer país que ofreció recomendaciones específicas sobre la dieta referentes a estos ácidos grasos.¹



**RECOMENDACIONES SOBRE REQUIRIMIENTOS CALÓRICOS DIARIOS
DE ÁCIDOS GRASOS POLI-INSATURADOS***

Edad y sexo	Energía (calorías)	Ácidos grasos Omega-3 (g)	Ácidos grasos Omega-6 (g)
0-4 meses (M,F)	600	0.5	3
5-12 meses (M,F)	900	0.5	3
1 año (M,F)	1100	0.6	4
2-3 años (M,F)	1300	0.7	4
4-6 años (M,F)	1800	1.0	6
7-9 años			
M	2200	1.2	7
F	1900	1.0	6
10-12 años			
M	2500	1.4	8
F	2200	1.1	7
13-15 años			
M	2800	1.4	9
F	2200	1.2	7
16-18 años			
M	3200	1.8	11
F	2100	1.2	7
19-24 años			
M	3000	1.6	10
F	2100	1.2	7
25-49 años			
M	2700	1.5	9
F	2000	1.1	7
50-74 años			
M	2300	1.3	8
F	1800	1.1	7
75+ años			
M	2000	1.0	7
F	1700	1.1	7
Embarazo (adicional)			
1er. trimestre	100	0.05	0.3
2o. trimestre	300	0.16	0.9
3er. trimestre	300	0.16	0.9
Lactancia (adicional)	450	0.25	1.5

* Recomendaciones Alimentarias del Gobierno Canadiense. Referencia: Comité de Revisión Científica. Recomendaciones Nutricionales. Ottawa: Ministerio de la salud y el bienestar nacional, Canadá, 1990. (H49-42/1990E).

**LOS ACEITES DE PESCADO PUEDEN
BENEFICIAR AL CORAZÓN**

Las poblaciones que consumen grandes cantidades de pescado, tienden a tener menos enfermedades del corazón que aquellas que no lo hacen. Por ejemplo, a pesar de sus dietas altas en grasa, los esquimales de Groenlandia, quienes consumen muchos pescados grasos, presentan menos muertes provocadas por ataques al corazón — ¡una décima parte del índice de los daneses o de los norteamericanos!¹² La dieta de los esquimales se caracteriza por contener de 5 a 10 gramos de ácidos grasos omega-3 por día.

En 1992, el índice de muertes en Japón, debido a enfermedades cardiovasculares fue el más bajo en lo que a hombres respecta, de entre 34 países desarrollados y el segundo más bajo (después de Francia) para las mujeres, según la Organización Mundial de la Salud. Los Estados Unidos se ubicaron en la mitad de la tabla de esos 34 países. ¿La razón de la salud de los corazones de los japoneses? Tal vez uno de los factores que interviene, es que los japoneses comen entre 3 y 9 onzas de pescado por día, mientras que los norteamericanos comen menos de una onza por día. Más aún, los japoneses que más

pescado consumen tienen un mucho menor riesgo de padecer enfermedades cardíacas que aquellos japoneses que consumen la menor cantidad de pescado.

¿Cómo es que el aceite de pescado ayuda a la salud del corazón y de los vasos sanguíneos? Básicamente cambia la química sanguínea.¹ En primer lugar, disminuye consistentemente los niveles de triglicéridos en la sangre; en segundo, al disminuir la pegajosidad de las plaquetas y la viscosidad de la sangre y al hacer las células de la sangre menos rígidas, puede disminuir el riesgo de taponamiento de las arterias y de coágulos sanguíneos; tercero, puede disminuir la presión sanguínea y cuarto, puede reducir el riesgo de arritmia, que es una causa común de repentinos paros cardíacos.

Muchos científicos creen que los ácidos grasos omega-3, incluidos como parte de una dieta baja en grasas, pueden disminuir el riesgo de enfermedades cardiovasculares. Las evidencias sugieren que las grasas de pescado pueden ser de particular ayuda durante momentos de estrés o de ejercicio. Un estudio del Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y Sangre, sugirió que un consumo diario de 0.5 a 1.0 gramos de la larga cadena de ácidos grasos omega-3, tales como EPA y DHA, puede reducir el riesgo de muerte por problemas cardiovasculares en hombres americanos de edad media en cerca de un 40 por ciento.¹ Aquellas personas que han sufrido previamente ataques al corazón, y consumen una modesta porción de grasas de pescado de dos a tres veces por semana, redujo su riesgo de muerte por cualquier causa en un 29% en un período de dos años.

El consumo de ácidos grasos de omega-3 a partir de mariscos, está especialmente asociado con un riesgo reducido de paro cardíaco. A diferencia de un ataque al corazón — el resultado del bloqueo de una arteria hacia parte del corazón — el paro cardíaco paraliza a todo el corazón y es más común que resulte fatal. Según un estudio reportado en la *publicación de la Asociación Médica Americana*, las personas que consumen grasa de pescado en una comida semanal, presentó un ¡50 por ciento de disminución en el riesgo de sufrir un paro cardíaco comparado contra aquellas personas que no incluyeron la ingestión de pescado en su dieta! Aquellos que consumen las mayores

cantidades de pescado rico en omega-3 experimentaron una reducción aún mayor en riesgo (70%).³

EL ACEITE DE PESCADO AYUDA A CONTROLAR LA INFLAMACIÓN

Los ácidos grasos omega-3 influyen fuertemente las respuestas defensivas e inflamatorias que se presentan en todo el cuerpo. Por esta razón, pueden afectar tejidos tan diversos como vasos sanguíneos, células inmunes, piel, pulmones, articulaciones, hígado, páncreas y células sanguíneas. Al prevenir la sobreproducción de sustancias inflamatorias, los ácidos grasos omega-3 pueden disminuir la artritis, el dolor menstrual, la psoriasis, la inflamación intestinal y otros padecimientos. Aún más, podrían reducir las dosis de medicamentos prescritos requeridos para el tratamiento de estos padecimientos.

ARTRITIS

Cerca de 165 millones de personas alrededor del mundo, presentan artritis reumatoide, que es una inflamación de las articulaciones. Estudios científicos realizados alrededor del mundo, han demostrado los beneficios que proporcionan los complementos omega-3 ricos en aceite de pescado en el alivio de algunas articulaciones delicadas, así como del endurecimiento matutino que hacen que la artritis sea tan dolorosa y debilitante.^{4,5} Algunas de las personas que toman complementos de aceite de pescado hasta han podido discontinuar el uso de drogas anti-inflamatorias no esteroideas sin experimentar bochornos.⁶

DOLOR MENSTRUAL

Inhibidores de la inflamación, tales como la aspirina y los ácidos grasos omega-3, pueden ser útiles para aliviar los dolores menstruales. Un estudio patrocinado por la Fundación Nacional Danesa de la Ciencia, encontró que las mujeres que consumieron más ácidos grasos omega-3 sufrieron de menos dolor menstrual.⁷ Este estudio también mostró que un bajo consumo de ácidos grasos omega-3 con relación al consumo de ácidos grasos omega-6, incrementó la existencia de dolor menstrual. Las mujeres que experimentan molestias menstruales, tienden a presentar mayores niveles de sustancias que provocan la inflamación.





OTRAS CONDICIONES INFLAMATORIAS

Los ácidos omega-3 pueden ser útiles para la prevención y/o el tratamiento de otras condiciones inflamatorias serias, tales como la psoriasis y la inflamación intestinal.⁸ Contrario a la creencia popular, los ácidos grasos omega-3 tienen un pequeño efecto en el asma, pero pueden inhibir a las bacterias que contribuyen para otras enfermedades crónicas del pulmón.

AL PESCADO SE LE LLAMA “EL ALIMENTO DEL CEREBRO” POR UNA BUENA RAZÓN

El pescado ha sido catalogado como “el alimento del cerebro” durante generaciones. La razón puede ser que los ácidos grasos omega-3 del pescado, ayudan a la estructura y función del cerebro, nervios y ojos.⁹

Las células del sistema nervioso poseen membranas particularmente “fluidas” y los ácidos grasos omega-3 contribuyen a esta fluidez.

A lo largo del cuerpo, las células prefieren a los ácidos grasos omega-3: cuando éstos están disponibles por medio de los alimentos, reemplazan parcialmente a los ácidos grasos omega-6 en prácticamente todas las células, especialmente en las células de la sangre y del cerebro. Sin embargo, si en la mayoría de los tejidos y órganos, los ácidos grasos omega-3 se encuentran en poca cantidad, las células pueden utilizar los omega-6 en su lugar. No es el mismo caso en el sistema nervioso, en el que los ácidos grasos omega-3 se requieren absolutamente para la función normal de la rodopsina, una proteína de la retina que es necesaria para la agudeza visual.

ESPECIAL NECESIDAD DURANTE EL EMBARAZO Y LA LACTANCIA

En ningún momento de la vida hay mayor necesidad de los ácidos omega-3 que en el embarazo y la lactancia, cuando los ojos, nervios y cerebro del niño, se están desarrollando.⁹

La presencia de los ácidos omega-3 en la leche de la madre, influye en la estructura y función de la retina y del sistema nervioso central. Por ejemplo, los investigadores encontraron que los niños alimentados con fórmulas carentes de ácidos grasos omega-3 DHA tuvieron una visión no tan aguda como la de los niños alimentados con leche materna.¹⁰

A pesar de la importancia de los ácidos grasos omega-3, muchas fórmulas infantiles carecen de ellos. En una conferencia internacional realizada en 1990, los expertos en la salud recomendaron que todas las fórmulas para los niños incluyan ácidos grasos omega-3 y que se tomaran medidas para detener la comercialización de fórmulas que no los incluyeran. Muchos Nutriólogos se avocan actualmente a añadir ácidos grasos omega-3 al menos a fórmulas para niños prematuros, que tienden a tener menos reservas de éstos que los niños de gestación completa.

LOS ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3 PUEDEN AYUDAR A INHIBIR EL CÁNCER

En numerosos estudios con animales, los ácidos grasos omega-3 disminuyeron el número, tamaño y crecimiento de tumores e incrementaron el tiempo de intervalo para la formación de tumores.¹ La inhibición de tumores fue aún más pronunciada cuando los animales recibieron una dieta baja en calorías. Las investigaciones indican que los ácidos grasos omega-3 pueden resultar especialmente benéficos para inhibir cáncer de colon, páncreas, mama y próstata. En un gran estudio con seres humanos, la gente que consumía una mayor cantidad de ácidos grasos omega-3 en comparación con los omega-6, presentaron un riesgo menor de desarrollar cáncer. Aquellos con el mayor consumo de omega-3, tuvieron un 33% menos de muertes por cáncer, en comparación con aquellos con menor consumo.¹

LA AUSENCIA DEL ÁCIDO GRASO OMEGA-3

En países desarrollados, el obtener suficientes ácidos grasos omega-6 no representa ningún problema; el obtener ácidos grasos omega-3, sin embargo, es otra historia: el consumir suficiente pescado — por mucho, la fuente más rica de ácidos grasos omega-3 — es una lucha contra la corriente (con perdón de la expresión) para la mayoría de las personas. Mientras que muchos expertos en salud recomiendan de dos a tres porciones de pescado graso por semana para obtener una salud óptima, ¡la mayoría de nosotros sólo consumimos una ración por semana! Estudios dirigidos por investigadores del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos, así

como del Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y Sangre, confirman que la dieta moderna es deficiente en su contenido de omega-3. Mientras que los científicos recomiendan un consumo óptimo de omega-3 de 800 a 1100 miligramos por día, incluyendo de 300-400 mg de DHA y EPA, el consumo promedio diario en E.U. es de 50 mg de EPA y 80 mg de DHA — muy lejos de la recomendación.¹

Mientras que nuestro bajo consumo de omega-3 es una causa de alarma, nuestro alto consumo de ácidos grasos omega-6 empeora la situación. Por cada libra de pescado que consumimos, ¡ingerimos cinco libras de carne de aves de granja y tres libras de carnes rojas! Las dietas ricas en carnes rojas, llenas en productos lácteos grasos y de otras fuentes de grasas saturadas, frecuentemente forman relaciones desequilibradas entre ácidos grasos omega-6 y omega-3. Las evidencias sugieren que nuestros ancestros cazadores consumían una dieta con fuertes cantidades iguales de ácidos grasos omega-3 y omega-6. Actualmente, nosotros consumimos de 10 a 25 veces más ácidos omega-6 que omega-3. Este desequilibrio puede preparar el terreno para la inflamación y la enfermedad, ya que los ácidos grasos omega-3 son necesarios para el crecimiento normal, el desarrollo y el metabolismo a lo largo de la vida, por lo cual deben incluirse en las dietas de todos los seres humanos.

La única forma viable para aumentar los contenidos de ácidos grasos omega-3 en la dieta, es el consumo de más cantidad de pescado graso o complementos de aceite de pescado ricos en ácidos grasos omega-3.

¿QUIÉNES TIENEN MAYOR NECESIDAD DE OMEGA-3?

Los grupos siguientes podrían beneficiarse por consumir mayores proporciones de ácidos grasos omega-3:

- mujeres embarazadas
- mujeres lactando
- niños prematuros
- niños de gestación completa
- niños
- adultos jóvenes
- adultos maduros
- atletas

Cantidades mayores a las necesarias para prevenir deficiencias, podrían ser necesarias para aquellas personas con un historial familiar, de:

- enfermedades del corazón
- hipertensión
- artritis
- psoriasis
- cáncer

Los ácidos grasos omega-3 pueden ser valorados junto con modificaciones de las prescripciones médicas existentes para estas condiciones.

LA GANACIA DEL DÍA: OMEGA III SALMON OIL DE GNLD

Omega III Salmon Oil es otro excelente producto resultante de GNLD. Ahora, aún las personas que no disfrutaban del comer sardinas, arenques, caballas y salmón o que no pueden llegar a dos o tres porciones semanales de pescado en su dieta, ¡pueden obtener los beneficios en la salud que proporciona el pescado graso.

LA PUREZA, ES LA DIFERENCIA DE GNLD

El Omega III Salmon Oil de GNLD ofrece el aceite del salmón extraído de las frías, profundas y limpias aguas del Atlántico Norte. No utilizamos aceite de tiburón, rémoras, mariscos o crustáceos, depredadores del fondo del mar o de otros peces con alto riesgo de exposición a las toxinas del ambiente; tampoco utilizamos aceite de mamíferos marinos. ¿El resultado?, Omega III Salmon Oil impone la medida industrial para la pureza del producto.

POTENTES Y EQUILBRADAS RACIONES DE LOS ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3

Tres suaves cápsulas de Omega III Salmon Oil proporcionan el valor de ácidos grasos omega-3 equivalente a una porción de 3 onzas de salmón. Como el salmón es una de las más ricas fuentes de ácidos grasos, cada porción de Omega III Salmon Oil es una potente fuente de EPA (540 mg) y DHA (360 mg). Debido a su fuente alimentaria natural, Omega III Salmon Oil de GNLD, provee cantidades balanceadas de ácidos grasos esenciales. Su potencia está garantizada por dos años a partir de su fecha de elaboración.





FORMULADO PARA LA SALUD HUMANA

Omega III Salmon Oil se elabora únicamente con saludable y fresco salmón, seleccionado exclusivamente para el consumo humano. Utilizamos sólo aceites de pescado extraído de la pulpa del pescado. La selección del aceite solamente de la porción comestible del cuerpo del salmón, reduce la exposición a substancias tóxicas que se pueden acumular en los órganos -herbicidas, pesticidas, metales pesados, colesterol y vitaminas A y D-. Cada cápsula de 10 calorías contiene sólo 2 mg de colesterol y nada de vitaminas A o D.

Recomendación para su uso: si descubre que "repite" Salmon Oil, trate de guardar las cápsulas en el congelador.

**NOTA: si está siguiendo un tratamiento médico por alguna enfermedad cardiovascular, consulte con su médico antes de tomar Omega III Salmon Oil. La consulta médica es particularmente importante si está tomando medicamentos para adelgazar su sangre.*

REFERENCIAS

- (1) Simopoulos, A.P. Los ácidos grasos Omega-3 en la salud en la enfermedad en el crecimiento el desarrollo. *Am. J. Clin. Nutr.* 54:438ñ463, 1991.
- (2) Lands, W.E.M. El pescado y la salud humana. Publicación Académica, Inc., Orlando, Florida, 1986.
- (3) Siscovick, D.S. Raghunathan, T.E., King, I., et al. Consumo dietético y niveles de las membranas celulares de la larga cadena Ω -3 de ácidos grasos poli-insaturados y el riesgo de paro cardíaco primario. *JAMA* 274:1363ñ1367, 1995.
- (4) Kremer, J.M. Efectos en la modulación de parámetros inflamatorios e inmunes en pacientes con enfermedades inflamatorias reumáticas que reciben suplementación dietética de ácidos grasos Ω -3 y Ω -6. *Lípidos* 31 Suppl:S243ñ247, 1996.
- (5) Geusens, P, Wouters, C., Nijs, J., Jiang, Y., y Dequeker, J. Efecto a largo plazo de la suplementación de ácidos grasos omega-3 en la artritis reumatoide activa: un estudio controlado doble-ciego de 12 meses. *Artritis reumatoide.* 37:824ñ829, 1994.
- (6) Kremer, J.M., Lawrence, D.A., Petrillo, G.F., Litts, L.L., et al. Efectos de altas dosis de aceite de pescado en la artritis reumatoide después de suspender medicamentos anti-inflamatorios no esteroideos. Co-relaciones clínicas e inmunológicas. *Artritis reumatoide.* 38:1107ñ1114, 1995.
- (7) Deutch, B. Dolor menstrual en mujeres danesas correlacionado con el bajo consumo de ácido graso poli-insaturado Ω -3. *J. Nutr.* 49:508ñ516, 1995.
- (8) Bloc, W.L., Katan, M.B., y van der Meer, J.W. Modulación de la inflamación y producción de citoquina por ácidos grasos (Ω -3) en la dieta. *J. Nutr.* 126:1515ñ1533, 1996.
- (9) Uauy-Dagash, R., y Mena, P. El papel nutricional de los ácidos grasos Omega-3 durante el período perinatal. *Perinatol. Clínica.* 22:157ñ175, 1995.
- (10) Makrides, M., Neumann, M., Simmer, K., Pater, J., y Gibson, R. ¿Son los ácidos grasos poli-insaturados de largas cadenas, nutrientes esenciales en la infancia? *Lancet* 345:1463ñ1468, 1995.