

# mangOmega®

## Mezcla de aceite de Omega-3 y Omega-6

**Lifeplus mangOmega es una emulsión de ácidos grasos omega 3 y 6 totalmente natural, con sabor a mango, ligera pero deliciosa, que encantará tanto a los niños como a los adultos.**



El ácido graso omega 3 es un término que antes era especializado, pero ahora es de uso común. Hoy en día, existe una gran cantidad de información, recursos e investigaciones sobre los beneficios de complementar con niveles adecuadamente equilibrados de ácidos grasos omega 3. Sin embargo, muchos de nosotros, especialmente los que subsisten principalmente con dietas occidentales, no consumimos suficiente cantidad de estas sustancias o, por el contrario, ingerimos demasiados ácidos grasos omega 6, que son inflamatorios.

El ácido graso omega 3 es un término que antes era especializado, pero ahora es de uso común. Hoy en día, existe una gran cantidad de información, recursos e investigaciones sobre los beneficios de complementar con niveles adecuadamente equilibrados de ácidos grasos omega 3. Sin embargo, muchos de nosotros, especialmente los que subsisten principalmente con dietas occidentales, no consumimos suficiente cantidad de estas sustancias o, por el contrario, ingerimos demasiados ácidos grasos omega 6, que son inflamatorios.

Cuando se toman en la proporción correcta (idealmente entre 4:1 y 1:4), los ácidos grasos omega 6 y omega 3 aportan increíbles beneficios al cuerpo humano. El ácido eicosapentaenoico (EPA y

DHA, respectivamente) son ácidos grasos omega 3 de cadena larga que se encuentran con abundancia en los peces silvestres de agua fría. Se sigue demostrando en investigaciones que estos dos ácidos grasos omega 3 favorecen la salud de la piel y los ojos, la función musculoesquelética, la función cognitiva e incluso el equilibrio inmunológico.<sup>◊</sup>

El EPA y el DHA favorecen una función cognitiva saludable en niños y adolescentes. Y, cuando se toman en proporciones eficaces, estos dos ácidos grasos omega 3 pueden ayudar a las personas mayores a mantener su claridad y agudeza mentales.<sup>◊</sup>

Estos importantes ácidos grasos de cadena larga se encuentran con abundancia en los peces de agua

fría, que consumen algas o peces más pequeños, ambos fuentes de las grasas omega 3 que se encuentran en los peces silvestres.

mangOmega es una fuente de omega 3 purificado, cuyos preciados aceites se obtienen de la pesca sostenible. Mediante el uso conjunto de alto vacío y baja temperatura (un proceso conocido como “destilación al vacío”), nuestro aceite de pescado se purifica a fin de eliminar cualquier contaminante ambiental que pueda haber en el pescado.

La familia de ácidos grasos omega se compone de más que solo los omega 3. También hay omega 6, 7 y 9, los cuales deben estar equilibrados para mantener una respuesta inflamatoria saludable ante traumatismos o infecciones. Y aunque

◊ Los datos recogidos en este documento no han sido analizados por el organismo responsable de la regulación alimentaria y de medicamentos en los Estados Unidos. Este producto no está pensado para diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedades.

se sabe que los ácidos grasos omega 6 tienden a ser inflamatorios, hay una excepción: el GLA o ácido gamma-linolénico.

El GLA, un ácido graso omega 6 antiinflamatorio único, se encuentra en varios aceites de semillas, como los de onagra, grosella negra y una planta autóctona del Mediterráneo conocida como borraja. El cuerpo metaboliza el GLA y lo convierte en DLGA (ácido dihomo-gamma-linolénico), un precursor directo de la prostaglandina E1 que favorece una respuesta inflamatoria saludable sin fomentar la inflamación crónica.<sup>◊</sup>

La fuente más rica y conocida de GLA es el aceite de semilla de borraja. Este aceite también está lleno de tocoferoles, de la familia de la vitamina E, y de compuestos fenólicos, que contribuyen a su alta resistencia a la oxidación y a su actividad antioxidante. El aceite de semillas de borraja y el GLA también contribuyen a un metabolismo lipídico saludable, a la salud de la piel y los huesos y a una respuesta inmunitaria sana.<sup>◊</sup>

Uno de los principales responsables de los niveles excesivos de inflamación en los países industrializados es el consumo cada vez mayor de aceites vegetales y de semillas refinados. En la era preindustrial, se estima que la dieta promedio tenía una proporción de omega 6 y omega 3 de entre 4:1 y 1:4. Hoy en día, la proporción promedio es de 16:1 y llega a ser de 50:1 en personas que consumen

cantidades importantes de alimentos procesados.

El aceite de oliva se compone principalmente de aceites omega 9 y es neutro en cuanto a la proporción de omega 6 y 3. Asimismo, el aceite de coco es rico en ácidos grasos saturados de cadena media y también es neutro en el contexto de la proporción de omega 6 y 3. Los aceites de soja, maíz, cártamo, girasol, sésamo, semilla de algodón y canola son todos ricos en ácidos grasos omega 6 y, a menos que se identifiquen como prensados en frío, suelen ser altamente refinados, blanqueados, desodorizados y oxidados durante su proceso de fabricación. Esto significa que no solo contribuyen a una mayor proporción dietética de omega 6 y omega 3, sino que también aumentan el estrés oxidativo en el organismo cuando se consumen en las comidas.

A pesar de que todos los omega 6 son inflamatorios, excepto uno, sigue siendo importante encontrar un equilibrio adecuado. Cuando una dieta presenta una deficiencia de cualquier tipo de ácidos grasos omega, incluso de los que causan inflamación, puede provocar un desequilibrio y dar lugar a retraso del crecimiento, caída del cabello, infertilidad, problemas de coagulación de la sangre y piel seca y escamosa.

Cada porción de 10 ml de mangOmega contiene un total de 950 mg de ácidos grasos omega 3. De eso, 475 mg

es EPA, 300 mg es DHA y 175 mg está compuesto por ácidos grasos omega 3 menores, incluidos 55 mg de ácido docosapentaenoico (DPA), que desempeña funciones clave en el metabolismo de ácidos grasos omega 3. Todos los aceites omega 3 de mangOmega se proporcionan en su forma natural de triglicéridos. Cada porción también proporciona 100 mg de GLA de aceite de semilla de borraja, certificado libre de alcaloides de pirrolizidina.

Los ingredientes que se utilizan para dar a mangOmega su delicioso sabor son de origen natural. Varios compuestos utilizados para dar textura en este suplemento también funcionan como alimentos importantes para el microbioma, incluidos goma arábica, goma guar y goma xantana. El ácido sórbico es un compuesto natural que evita el crecimiento de bacterias en el producto. El extracto de hoja de romero y la vitamina E proporcionan protección antioxidante a los ácidos grasos omega 3, al GLA y al usuario. Finalmente, el encantador color amarillo del aceite se mejora con el extracto de raíz cúrcuma.

mangOmega, un delicioso y nutritivo gusto que contiene y proporciona ácidos grasos clave que promueven la salud en todo el espectro de edades, se diseñó y se produjo con el mismo cuidado y atención que hay detrás de cada producto Lifeplus.

*\* Debido a que este producto contiene xilitol, no debe compartirse con perros.*

Supplement Facts		
Serving Size 2 tsp (10 ml)		
Servings Per Container 35		
Amount Per Serving		% Daily Value
Calories	43	
Total Fat	3.5 g	5%*
Saturated Fat	1 g	5%*
Trans Fat	0 g	
Cholesterol	20 mg	7%*
Sodium	5 mg	0%*
Total Carbohydrate	2.7 g	1%*
Sugar Alcohol	1.4 g	
Vitamin E	3 mg α-TE	20%
Fish oil		
Omega-3 fatty acids	950 mg	**
EPA (eicosapentaenoic acid)	475 mg	**
DHA (docosahexaenoic acid)	300 mg	**
DPA (docosapentaenoic acid)	55 mg	**
Borage oil	450 mg	**
GLA (gamma-linolenic acid)	100 mg	**
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet.		
**Daily Value not established.		
US.SF2.MOD 1		Gluten free

INGREDIENTS: Water, Fish Oil (Peruvian anchovy), Xylitol, Glycerin, Borage (*Borago officinalis* L.) Oil, Natural Mango and Vanilla Flavors, Gum Arabic, Guar Gum, Citric Acid, Rosemary (*Rosmarinus officinalis* L.) Leaf Extract, Sorbic Acid, Xanthan Gum, Vitamin E (as D-Alpha-Tocopherol), and Turmeric (Color).

US.SF2.MOD 1

Cada 2 cucharaditas (10 ml) proporcionan 950 mg del total de ácidos grasos Omega-3, incluso 475 mg de EPA, 300 mg de DHA y 55 mg de DPA, junto con 100 mg de ácido graso omega-6 GLA.

Al igual que con todos los complementos, consulte con su médico antes de tomarlos si está embarazada o intenta quedarse embarazada, si está en periodo de lactancia, si está bajo cuidados médicos o si toma medicamentos recetados.

Este producto ha sido procesado en una fábrica donde también se procesa pescado, marisco, soja y productos lácteos.

Conservar en un lugar fresco y seco. Consumir preferentemente en un plazo de 45 días desde la apertura.

*Este producto contiene xylitol. No apto para perros.*

No se han realizado pruebas en animales

**INGESTA:** Agitar bien antes de usar. Tome de una a dos cucharaditas (5-10 ml) al día.

⚠ Los datos recogidos en este documento no han sido analizados por el organismo responsable de la regulación alimentaria y de medicamentos en los Estados Unidos. Este producto no está pensado para diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedades.

Lifeplus International • P.O. Box 3749, Batesville, Arkansas 72503 • 800-572-8446 • [www.lifeplus.com](http://www.lifeplus.com)

Esta información es válida únicamente para su uso y distribución en Estados Unidos.

© 2021 Lifeplus International. All rights reserved.

6662 – ES-1021  
US.SF2.MOD 1