



- Assure un niveau élevé d'acides gras oméga-3 bien équilibré avec des acides gras oméga-6, dans un mélange unique d'huiles organiques pressées à froid tirées du lin, du tournesol, de la graine de citrouille, ainsi que d'olive extra-vierge
- Tire parti de l'huile d'olive extra-vierge, du curcuma et du romarin pour une protection supérieure contre le dommage oxydatif



ARTICLE N° 127

À cours des quelques dernières années, les chercheurs ont commencé à comprendre le rôle fondamental que joue une certaine catégorie d'acides gras, appelés acides gras essentiels (AGE) en matière de santé et de bien-être. On dit des AGE qu'ils sont « essentiels » parce que l'organisme en a besoin sans toutefois pouvoir les produire. En conséquence, le régime alimentaire doit nous les fournir.

OPTOMEGA<sup>MD</sup> est un produit végétal entièrement naturel, composé d'huiles organiques certifiées, non raffinées et pressées à froid de graines de lin, de tournesol et de citrouille, ainsi que d'huile d'olive extra-vierge. Optomega vous offre un excellent moyen de restaurer les acides gras essentiels dans votre alimentation et d'équilibrer votre apport d'acides gras oméga-3 et oméga-6. Combiné à une alimentation saine, à l'exercice et à un style de vie visant à réduire le stress, il constitue une excellente stratégie en vue d'une santé optimale.

### UN MÉLANGE ÉQUILIBRÉ

Il existe seulement deux acides gras essentiels – l'acide alpha-linolénique (un acide gras oméga-3) et l'acide linoléique (un acide gras oméga-6). Les acides gras linoléiques et alpha-linoléniques sont des précurseurs essentiels dans la biosynthèse des prostaglandines et ils agissent de diverses façons dans de multiples cellules. Chaque acide gras donne naissance à une classe différente de ces importants composés.

L'équilibre des acides gras essentiels oméga-3 et oméga-6 joue un rôle critique dans le maintien de la biosynthèse optimale des prostaglandines.<sup>1-3</sup> Un déséquilibre des AGE pourrait avoir des effets néfastes sur la santé, mais

si l'équilibre est respecté, ils aideront plutôt à préserver la santé. Compte tenu de son rapport de 3 à 1 entre les acides gras oméga-3 et oméga-6, OPTOMEGA est conçu pour redonner à notre régime alimentaire un équilibre sain de ces acides gras essentiels oméga-3 et oméga-6.<sup>4</sup> Chaque portion de 10 ml contient :

<b>Oméga-3</b> (acide a-linolénique)	<b>4,3 g</b>
<b>Oméga-6</b> (acide linoléique)	<b>1,4 g</b>
<b>Oméga-9</b> (acide oléique)	<b>2,7 g</b>

### FACTEURS PRIMORDIAUX DANS LA SANTÉ CARDIAQUE

Les AGE sont particulièrement importants pour le bon fonctionnement cardiovasculaire. Ils peuvent aider au maintien d'une tension artérielle normale et de niveaux sains de triglycérides et de cholestérol sérique.<sup>5,6</sup> Les AGE sont intégrés à la membrane de toutes les cellules. Les acides gras essentiels contribuent aussi à maintenir la membrane cellulaire dans un état de fluidité et de souplesse. Des membranes souples intègrent le cholestérol pour reprendre une rigidité structurelle, un processus qui aide également à maintenir des niveaux sains de cholestérol sérique, à la condition qu'ils soient sains au départ.<sup>2-4,7-9</sup>

### UN SOUTIEN ANTIOXYDANT

Pour en préserver la fraîcheur et contribuer à la défense contre l'oxydation, OPTOMEGA est stabilisé par un mélange puissant d'antioxydants, des extraits de romarin et de curcuma et des phénols tirés de l'huile d'olive extra-vierge.

### POURQUOI OPTOMEGA<sup>MC</sup>?

À cause des procédés actuels de raffinage employés dans la fabrication des huiles commerciales qui en retirent presque tous les acides gras oméga-3, notre régime alimentaire moderne ne nous assure pas les quantités adéquates de cet acide gras ni la catégorie complète des composés qui en sont tirés. Pour préserver les acides gras oméga-3, nous traitons OPTOMEGA dans une atmosphère inerte à l'azote excluant les rayons UV et l'oxygène. Les huiles sont pressées par expulsion, non raffinées et ne contiennent pas d'acides gras trans. L'ensemble du processus de mélange et d'embouteillage du produit est effectué sous pression d'azote. Toutes les huiles contenues dans OPTOMEGA sont certifiées organiques par le *Washington State Department Of Agriculture* (ministère de l'agriculture de l'État de Washington).

#### Références

1. Lands, WEM ed. Polyunsaturated Fatty Acids and Eicosanoids. Champaign: AOCS; 1987.
2. Erasmus U. Fats that heal, fats that kill. British Columbia: Alive Books; 1994.
3. Lees R, Karel M, Dekker. Basel, Switzerland; 1990.
4. Rudin D, Felix C. Omega 3 Oils. Garden City Park: Avery; 1996.
5. Djousse L, et al. Hypertension 2002;45(3):368-73.
6. Wijendran V, Hayes KC. Annu Rev Nutr 2004;24:597-615.
7. Programme and Abstracts from International Conference on Highly Unsaturated Fatty Acids in Nutrition. Barcelona; 1996.
8. Mead JF, Fulco AJ, Charles C, Thomas. Springfield; 1976.
9. BeareRogers J ed. Champaign; 1988.



**RECOMMENDED USE:** Provides long-chain omega-3 polyunsaturated fatty acids to help promote healthy cardiovascular function.

**RECOMMENDED DOSE:** Take 10 mL (2 teaspoons) daily with a meal. Do not heat. Do not shake.

**EMPLOI RECOMMANDÉ :** Fournir des acides gras à longue chaîne oméga-3 polyinsaturés pour favoriser une bonne fonction cardiovasculaire.

**DOSE RECOMMANDÉE :** Prendre 10 mL (2 c. à thé) tous les jours, en mangeant. Ne pas faire chauffer. Ne pas agiter.

### NUTRITION FACTS / VALEUR NUTRITIVE

Per 10 mL (2 tsp) / Par 10 mL (2 c. à thé)

Servings Per Container / Portions par contenant 24

Amount / Teneur	% Daily Value / % valeur quotidienne
Calories / Calories 80 g	
<b>Fat / Lipides 9 g</b>	<b>14%</b>
Saturated / saturées 0.8 g	
+ Trans / trans 0 g	<b>4%</b>
Polyunsaturates / polyinsaturés 5.7 g	
omega-6 / oméga-6 1.4 g	
omega-3 / oméga-3 4.3 g	
Monounsaturates / monoinsaturés 2.7 g	
<b>Carbohydrate / Glucides 0 mg</b>	<b>0%</b>
<b>Cholesterol / Cholestérol 0 mg</b>	<b>0%</b>
<b>Protein / Protéines 0 g</b>	
Vitamin E / Vitamine E	<b>15%</b>

Not a significant source of sodium, fibres, sugars, vitamin A, vitamin C, calcium or iron. / Source négligeable de sodium, fibres, sucres, vitamine A, vitamine C, calcium et fer.

Ingredients: Certified organic oil blend (flax seed oil, sunflower seed oil, pumpkin seed oil, extra-virgin olive oil), mixed tocopherols, rice bran oil extract, rosemary extract, curcumin extract. / Ingrédients : mélange d'huiles certifiées organiques (huiles de lin, de tournesol et de citrouille, huile d'olive extra-vierge), mélange de tocophérols, extraits d'huile de son de riz, de romarin et de curcumine.