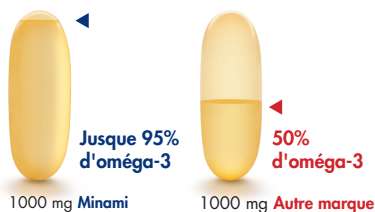


Où est la différence dans la jungle des oméga-3?



Vous savez sans aucun doute à quel point les acides gras oméga-3 sont importants pour votre santé. Au cours des dernières années, le marché de la santé a été submergé par un vaste choix de suppléments. D'innombrables fabricants ont ainsi pris le train en marche avec de jolies histoires et un plan de marketing finement calculé. Ils espèrent ainsi se tailler une part du gâteau dans l'engouement actuel pour les acides gras oméga-3. Or, il y a plus de paille que de grain, et il vaut mieux laisser pour compte la plupart des suppléments vendus sous l'étiquette "oméga-3". Des études montrent que la grande majorité de la population sait que les acides gras oméga-3 sont indispensables pour une bonne santé. Par contre, très peu de gens savent que leur alimentation n'apporte qu'une faible quantité d'acides gras oméga-3. Ils ne savent pas plus comment distinguer les différents produits et à quoi ils doivent veiller lors de l'achat d'un supplément d'oméga-3.



Observez et comparez

L'emballage mentionne toutes les informations importantes. Lisez donc d'abord attentivement l'emballage. Le texte mentionne souvent "1000 mg d'huile de poisson", mais ceci ne signifie rien. Souvent, rien n'est par contre spécifié au sujet de l'origine ni de la pureté de l'huile de poisson.

Que devez-vous vérifier?

- **La concentration:** Ceci veut dire la quantité exacte des principaux acides gras oméga-3 contenus dans la capsule, c'est-à-dire les taux d'EPA et de DHA. Il se peut qu'une capsule de 1000 mg d'huile de poisson ne contienne que la moitié ou moins de DHA et d'EPA, à côté d'acides gras oméga-6 ou d'huile végétale par exemple.

Ce n'est pas parce qu'une capsule pèse 1000 mg qu'elle contient 1000 mg d'acides gras oméga-3 purs. Vérifiez donc bien la quantité de DHA et d'EPA par capsule.

- **Le dosage:** Celui-ci dépend du taux d'EPA et de DHA. Plus ces concentrations sont élevées, moins il faut prendre de capsules par jour pour consommer votre quantité quotidienne. Avec certaines marques, vous devriez même prendre quatre, six ou même dix capsules par jour pour atteindre votre dose quotidienne voulue d'EPA et de DHA*.
- **Le prix:** Ne vous laissez pas leurrer par le prix d'un bocal de 30, 60 ou 90 capsules. Calculez plutôt le nombre de capsules à prendre chaque jour et le temps que vous ferez avec un emballage. Il se pourrait très bien qu'un produit meilleur marché s'avère finalement fort cher si vous devez prendre quatre capsules ou plus par jour.
- **Le contenu:** Vérifiez les ingrédients de la capsule. De nombreux fabricants utilisent, en plus de (petites) quantités d'EPA et de DHA, de l'huile de tournesol ou d'arachide, ou même des acides gras saturés ou d'autres substances de charge potentiellement malsaines.
- **Le caractère écologique:** Choisissez des huiles de poisson ou d'algue provenant d'espèces qui ne sont pas menacées et un produit purifié de façon écologique. Des espèces de poissons plus petits (maquereau, anchois) sont à conseiller. Le thon est une espèce menacée, qui contient en outre beaucoup de mercure et de PCB. **Votre meilleure garantie** est le certificat EMAS (Eco Management and Audit Scheme), approuvé par le Parlement européen.

Les cinq garanties de Minami Nutrition

1. Nos produits contiennent de **90 à 95%** d'acides gras oméga-3 purs par capsule. Vous ne devez donc prendre qu'une seule capsule.
2. Les taux de PCB, de dioxines et de métaux lourds se situent au-dessous **de la limite de détection**. Autrement dit: nos produits sont les plus purs possibles.
3. Cette pureté et cette approche **écologique** de la production a été couronnée du **certificat EMAS**, la plus haute norme européenne.
4. La purification de l'huile de poisson évite tout emploi de solvants chimiques et nous n'employons pas de graisses saturées comme "substances de charge" pour remplir nos capsules. Nous faisons appel à une **extraction 100% EFP, à très basse température**.
5. L'activité de nos produits est **prouvée scientifiquement** à l'échelle mondiale par des chercheurs de pointe. Nous collaborons avec plusieurs universités dans le monde entier qui ont choisi MorEPA, PlusEPA ainsi que d'autres produits de Minami Nutrition comme les produits les plus purs, au dosage optimal, pour effectuer des recherches sur l'influence des acides gras oméga-3 dans diverses indications de santé.

Notre défi

Si vous trouvez quelque part un supplément correspondant aux **5 garanties de Minami Nutrition**, signalez-le nous via omega@minami-nutrition.com, et nous vous offrirons un supplément de MorEPA **GRATUIT**.



ENVIRONMENTALLY FRIENDLY PURIFIED



Qualité garantie par votre pharmacien



830 mg d'EPA/DHA par capsule
CNK: 2453-108



1005 mg d'EPA/DHA + vitamine D par capsule
CNK: 2713-022



Pour les enfants
500 mg d'EPA/ 0 mg de DHA par capsule
CNK: 2537-462

Pour plus d'informations: visitez www.minami-nutrition.be
Disponible dans les meilleures pharmacies



MINAMI NUTRITION