

Onverzadigde vetzuren te verbeteren moet 3% van de voedingsenergie afkomstig zijn van de meervoudig onverzadigde vetzuren; voor volwassenen is dit 3—9 gr. per dag.

Voor een optimaal effect zijn grotere hoeveelheden nodig. Zorgvuldig dieet en suppletie kunnen een degelijke bijdrage leveren aan het streven de vetzuursamenstelling te verbeteren.

Tot de vitamine F groep rekent men ook de omega-3- vetzuren uit visolie (EPA/DHA).

#### **Hoofdingrediënt**

Visolie & gemengde tocoferolen

#### **Ingrediënten**

Eén capsule bevat:

Visolie (met omega 3 vetzuren) 1200 mg, EPA (eicosapentaeenzuur) 180mg, DHA (docosahexaeenzuur) 120 mg, Natuurlijke tocoferolenmix 5 mg

#### **Hulpstoffen:**

Visolie, gelatine, geleermiddel (glycerine) en tocoferolen.

Gegarandeerd vrij van: gist, suiker, lactose, conserveermiddelen en synthetische kleur-, geur- en smaakstoffen. Dit product is hypoallergeen.

#### **Gebruik:**

1-8 softgels per dag, bij voorkeur innemen tijdens of na een maaltijd.