

## Dlaczego powinieneś wybrać właśnie olej lniany GOLDEN LINUM OMEGA-3 NISKOOKSYDACYJNY



### Niskooksydacyjny - wolno utleniający się i wolno tracący kwasy (NNKT) Omega-3

Specjalna technologia produkcji GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNEGO nastawiona jest na zminimalizowanie ryzyka oksydacji (utleniania) i utraty zawartych w oleju Omega-3.

GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNY tłoczony jest w niskich temperaturach poniżej 30°C, nie jest poddawany żadnym procesom wzbogacania, filtrowania czy odwirowywania. Dzięki temu wyróżnia go wysoka zawartość kwasów Omega-3 - do ok. 60%. Dodatkowo ma charakterystyczny delikatny smak, pozbawiony goryczy, która jest objawem postępującej oksydacji. Badania wykazały, że nawet po 3 miesiącach tak produkowany olej, przechowywany w temp. pokojowej nie traci cennych właściwości.

### 100% olej lniany

GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNY jest w 100% otrzymywany z ziaren polskiego lnu. Nie zawiera domieszek innych olejów, ponieważ maszyny wykorzystywane w procesie produkcji GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNEGO są używane do tłoczenia wyłącznie tego oleju.

### Tłoczony na zimno

GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNY, w przeciwieństwie do wielu innych olejów lnianych, jest tłoczony na zimno, czyli w niskiej temperaturze - poniżej 30°C. Dzięki temu najcenniejsze składniki oleju zachowują swoje naturalne właściwości.

### Świeży

Ze względu na krótką datę przydatności do spożycia dystrybucja oleju lnianego w sklepach jest kłopotliwa. Droga do ostatecznego nabywcy może być za długa, a klient w efekcie dostaje olej na granicy przydatności do spożycia. Wprawdzie specjalna, minimalizująca ryzyko oksydacji (utleniania), technologia produkcji GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNEGO sprawia, że nawet po dłuższym czasie tak produkowany olej nie traci swoich właściwości, jednak zalecane jest aby spożyć go w ciągu 3 miesięcy od momentu wytłoczenia. Ekskluzywna dystrybucja GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNEGO maksymalnie skraca drogę od producenta do momentu

dostarczenia go na Twój stół, gwarantując że jest zawsze świeży.

### Nieoczyszczony

GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNY nie jest poddawany procesowi oczyszczania ani filtrowania. Dzięki temu zawiera więcej Omega-3 oraz lignanów.

### Bez konserwantów

GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNY nie zawiera żadnych konserwantów.

### Z pierwszego tłoczenia

Na rynku spotkać można wiele różnych rodzajów olejów z 2 lub 3 tłoczenia. Są to oleje o niskiej jakości. Najwięcej cennych składników zawierają oleje z pierwszego tłoczenia. Dlatego każdorazowo do wytłoczenia GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNEGO używa się świeżych ziaren lnu i wykorzystuje się je tylko raz. Pozostałe po procesie produkcji, przerobione makuchy stanowią wartościową paszę dla zwierząt.

### Co powinieneś wiedzieć o oleju lnianym

**Nieoczyszczony, tłoczony na zimno w temperaturze poniżej 30°C, olej lniany jest najbogatszym źródłem kwasów Omega-3.**

Olej lniany, otrzymywany metodą tłoczenia na zimno od wieków był jednym z najpopularniejszych dodatków spożywczych oraz środków medycyny naturalnej.

### **To nie jest LEK, ale**

**najbogatsze naturalne źródło kwasów Omega-3. Kwasy Omega-3 są budulcem wszystkich komórek przez co mają wpływ na cały organizm. Organizm ludzki nie wytwarza samodzielnie Omega-3, dlatego ich brak musi być uzupełniany i to w sposób najłatwiej przyswajalny.**

**Kwasy Omega-3 hamują procesy chorobowe na poziomie komórkowym**

**a także wykazują silne działanie antyoksydacyjne.**

**Nieoczyszczony olej lniany tłoczony na zimno zawiera:**

- **Wielonienasycone kwasy tłuszczowe:** Omega 3 - ponad 50%, Omega 6 - ok. 15%
- **Nienasycone kwasy tłuszczowe:** Omega 9 - ok. 10%
- **Lignany**
- **Witaminę E**
- **23 składniki mineralne m.in.:** potas, fosfor, magnez, wapń, siarkę, selen, krzem, chrom, kobalt, żelazo, cynk i miedź
- **egzo- i endogenne aminokwasy**

### **Omega-3**

- zmniejszają ryzyko zapadania na choroby sercowo-naczyniowe,
- zmniejszają ryzyko zapadania na nowotwory,
- wpływają na prawidłowy rozwój mózgu,
- są wykorzystywane w terapiach alergicznych,
- wzmacniają układ immunologiczny,
- wzmacniają układ trawienny,
- regulują przemianę materii,
- regulują układ hormonalny,
- pomagają w problemach emocjonalnych,
- podnoszą ogólną odporność organizmu,
- pomagają w problemach dermatologicznych,
- działają antyoksydacyjnie,
- poprawiają wygląd skóry, włosów i paznokci.

**Stosunek spożywanych kwasów Omega-6 do Omega-3** powinien mieścić się w przedziale 1:1-5:1. Dla przykładu wśród Amerykanów stosunek ten waha się od 25:1 do 50:1. Dlatego cierpią oni tak często z powodu chorób układu krążenia oraz otyłości. Badania wykazały, że wysoka ilość Omega-3 dostarczana młodemu organizmowi zapobiega rozwojowi komórek tłuszczowych.

**Czy wiesz, że oliwa z oliwek nie zawiera Omega-3, a olej słonecznikowy ma 0% Omega-3 i ponad 70% Omega-6.**

**Lignany** to fitoestrogeny, które działają w organizmie ludzkim podobnie jak estrogeny, regulując gospodarkę hormonalną.

**Witamina E** zwana powszechnie witaminą młodości posiada właściwości przeciwrodnikowe, hamuje procesy alergiczne i zapalne, wzmacnia system odpornościowy,

poprawia elastyczność naczyń krwionośnych, chroni włókna kolagenowe, likwiduje przebarwienia, zapobiega bezpłodności.

### **OLEJ LNIANY TO TŁUSZCZ, KTÓRY SPALA TŁUSZCZ**

(skuteczniej niż GLA), ponieważ zwiększa produkcję prostaglandyn (eikosanoidów). Przyspiesza metabolizm i stymuluje produkcję żółci niezbędnej do rozkładania tłuszczów, zwiększa aktywność karnityny, co przyczynia się również do większego spalania tłuszczu. Dodatkowo nierozpuszczalny błonnik z oleju lnianego przyspiesza usuwanie resztek pokarmów z jelit, dzięki wchłanianiu wody w przewodzie pokarmowym.

### **Jak zwiększyć przyswajalność Omega-3**

Biochemik dr Johana Budwig odkryła podczas badań, które w latach 50-tych prowadziła nad chorymi na raka, że kwasy Omega-3 i inne składniki zawarte w oleju lnianym są najlepiej i najszybciej przyswajalne gdy olej lniany zmiksuje się z chudym, białym serem lub odtłuszczonym jogurtem naturalnym.

#### **Dlaczego biały ser i olej lniany?**

Wg dr Budwig **zmiksowanie** oleju lnianego z białym serem sprawia, że jego składniki stają się rozpuszczalne w wodzie i lepiej przyswajalne. Dzięki temu mogą dostać się do najmniejszych naczyń kapilarnych, rozkładać niepożądane tłuszcze i oczyszczać żyły oraz tętnice.

#### **Jak stosować olej lniany?**

Jako uzupełnienie normalnej diety można przyjmować 1 łyżkę stołową na 50 kg masy ciała - w diecie Budwig stosuje się dziennie 2-8 łyżek. Należy stosować go na zimno (nie ogrzewać, nie gotować, nie smażyć) jako dodatek do żywności, zwłaszcza sałatek z zielonych warzyw. Po otwarciu olej najlepiej przechowywać w lodówce. Dla zwiększenia przyswajalności Omega-3, zmiksować 1-1,5 łyżek stołowych **GOLDEN LINUM NISKOOKSYDACYJNEGO** z ¼ szklanki chudego białego sera, jogurtu naturalnego lub tofu do konsystencji majonezu. Warto dodać, że dieta dr Budwig **wyklucza** spożywanie: cukru i słodzików (za wyjątkiem miodu), przetworzonego mięsa i wędlin (z uwagi na zawartość

konserwantów), tłustego nabiału, produktów smażonych oraz pozostałych tłuszczów a także syntetycznych witamin, ze szczególnym wskazaniem na wit. C. W diecie Budwig **zaleca się** spożywanie głównie świeżych ryb morskich, owoców i soków ze świeżych owoców, odtłuszczonych, niesłodzonych produktów mlecznych takich jak: jogurty naturalne, biały ser, maślanka czy kefir, pieczywa z pełnego przemiału i siemienia lnianego. Zalecane jest picie ok. 2 litrów wody dziennie.

© Wszelkie prawa zastrzeżone

**Uwaga!** Wszystkie informacje są przedstawione wyłącznie w celach edukacyjnych i nie mogą być stosowane do leczenia na własną rękę bez konsultacji z lekarzem. Nie należy ich wykorzystywać do leczenia, diagnozowania czy zapobiegania chorobom.



**Vivetia - natural and antioxidants cosmetics without parabens dietary supplements and functional foods**

Free of silicone, GMO, petroleum derivatives, alcohol. Not tested animals. Biodegradable. Reduced cellulitis, stretch marks and body size after application, firming breast, anti-aging effect, reduced dandruff and hair loss, skin care and more ...

visit us: [www.vivetia.com](http://www.vivetia.com)

Vivetia sp z o.o.  
ul. Złota 61, lok. 100  
00-819 Warszawa  
tel 506 985 909  
[info@vivetia.com](mailto:info@vivetia.com)  
[www.vivetia.com](http://www.vivetia.com)