



## AquaSource Osteo-Forte

### Ζωτικής σημασίας διατροφή για την υγεία των οστών και των αρθρώσεων, βελτιστοποιημένη για μέγιστη απορρόφηση

Η διατήρηση των υγιών οστών και αρθρώσεων είναι σημαντική σε οποιαδήποτε ηλικία, αλλά ειδικά καθώς μεγαλώνουμε. Εκτός από τον τρόπο ζωής και την άσκηση, η καλή διατροφή διαδραματίζει ζωτικό ρόλο στην υγεία των οστών και των αρθρώσεων, ακόμα περισσότερο καθώς μεγαλώνουμε.

Το AquaSource Osteo-Forte, ένα προϊόν με πιστοποίηση Βίγκαν, περιέχει μια επιστημονικά τεκμηριωμένη σειρά διατροφικών ουσιών που λειτουργούν σε συνεργασία, υποστηρίζοντας την υγεία των οστών και των αρθρώσεων. Εξίσου σημαντικό με αυτό, είναι πως τα συστατικά του Osteo-Forte είναι βελτιστοποιημένα για μέγιστη απορρόφηση, επειδή καθώς μεγαλώνουμε, ο οργανισμός μας τείνει να απορροφά λιγότερο αποτελεσματικά ορισμένες θρεπτικές ουσίες.

#### Σημαντική διατροφή για τις γυναίκες

Το Osteo-Forte είναι ένα δημοφιλές συμπλήρωμα για τις γυναίκες, καθώς τα προβλήματα υγείας των οστών και των αρθρώσεων είναι συνηθισμένα με την πάροδο των ετών, και ειδικά κατά τη διάρκεια της περιόδου της εμμηνόπαυσης. Η αδυναμία των οστών είναι η πιο κοινή διαταραχή των οστών. Παρόλο που τόσο οι άνδρες όσο και οι γυναίκες μπορούν να έχουν αδύναμα οστά, είναι πολύ πιο συνηθισμένο στις γυναίκες, με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας να εκτιμά ότι το 50% όλων των γυναικών παγκοσμίως θα αναπτύξει διαταραχές της υγείας των οστών.

#### Τι είναι η Διαταραχή της Υγείας των Οστών;

Τα αδύναμα οστά είναι ένα πρόβλημα υγείας στο οποίο, με την πάροδο του χρόνου, η οστική μάζα ενός ατόμου χάνεται ταχύτερα απ' ό,τι μπορεί να αντικατασταθεί. Ως αποτέλεσμα, τα οστά είναι αδύναμα, λιγότερο πυκνά και πιο επιρρεπή σε κατάγματα. Αυτό το φαινόμενο εμφανίζεται συχνότερα στις γυναίκες κοντά ή κατά τη διάρκεια της εμμηνόπαυσης, καθώς οι μεταβολικές αλλαγές επηρεάζουν την ποσότητα και τον τύπο διατροφής που χρειάζονται για να διατηρήσουν υγιή τα οστά και τις αρθρώσεις τους.

### Βασικά Πλεονεκτήματα

- ✓ Εξαιρετικά απορροφήσιμο Ασβέστιο από Βιολογικά Ασβεστολιθικά Κόκκινα Φύκια.
- ✓ Σχεδιασμένο για να μεγιστοποιεί την απορρόφηση των θρεπτικών συστατικών.
- ✓ Μαγνήσιο από πλούσιο σε θρεπτικά συστατικά Βιολογικό Μαρούλι της Θάλασσας.
- ✓ Βιταμίνη D από βιολογικά μανιτάρια, σύμφωνα με τους κανόνες ηθικής και δεοντολογίας.
- ✓ Περιέχει τη μορφή K2VITAL® Delta της Βιταμίνης K2 με έως και 20% μεγαλύτερη δυνατότητα αφομοίωσης.
- ✓ Ιοντικά ανόργανα άλατα και πεπτικά ένζυμα για βοήθεια στην απορρόφηση.
- ✓ Περιέχει την Υπερτροφή Βιολογικά Φύκια AquaSource.
- ✓ Εγκεκριμένο από τη Vegan Society.



## Διατροφή & Υγεία των Οστών

Η διατροφή μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στη διατήρηση υγιών οστών σε οποιαδήποτε ηλικία. Οι ερευνητές έχουν εντοπίσει επτά θρεπτικά συστατικά που είναι σημαντικά για την υγεία των οστών: Ασβέστιο, Μαγνήσιο, Βιταμίνη D, Βιταμίνη C, Βιταμίνη K, Ψευδάργυρος και Βόριο.

Υπάρχουν δύο μορφές ασβεστίου: ανθρακικό και κιτρικό. Το ανθρακικό ασβέστιο είναι η γνωστή σε όλους μας, κιμωλία. Το κιτρικό ασβέστιο είναι φυτικό και πολύ πιο απορροφήσιμο από το ανθρακικό ασβέστιο.

Η Βιταμίνη D και το Μαγνήσιο συνεργάζονται. Η Βιταμίνη D είναι υπεύθυνη για την απορρόφηση του ασβεστίου. Μεταφέρει το ασβέστιο πέρα από τα τοιχώματα των εντέρων και βοηθά στη μεταφορά τόσο του ασβεστίου όσο και του φωσφόρου στα οστά. Το Μαγνήσιο βοηθά στη μετατροπή της Βιταμίνης D στην ενεργό μορφή της, έτσι ώστε το ασβέστιο να μπορεί να απορροφηθεί. Επιπλέον, σύμφωνα με νέες έρευνες, τα κατάλληλα επίπεδα Βιταμίνης D μπορεί να είναι πιο σημαντικά από το ασβέστιο.

Η Βιταμίνη C είναι σημαντική για την παραγωγή κολλαγόνου, το οποίο αποτελεί το 90% της μεσοκυττάριας ουσίας του οστίτη ιστού.

Η Βιταμίνη K βοηθά τον οργανισμό να παράγει οστεοκαλσίνη, η οποία σκληραίνει και ενισχύει τα οστά.

Το Βόριο βοηθά στη μετατροπή της Βιταμίνης D στην ενεργό μορφή της.

Ο Ψευδάργυρος είναι απαραίτητος για τον σωστό σχηματισμό των οστεοκλαστών και οστεοβλαστών. Με απλά λόγια, ένας οστεοβλάστης χτίζει το οστό, ενώ ένας οστεοκλάστης μειώνει τη μάζα του, έτσι ώστε το οστό να αποκτήσει μια δομή ανθεκτική σε βάρη.

Τα απαραίτητα λιπαρά οξέα είναι επίσης απαραίτητα για την αύξηση της απορρόφησης ασβεστίου από το πεπτικό σύστημα και τη μείωση της απέκκρισης ασβεστίου στα ούρα.

Ορισμένα πεπτικά ένζυμα είναι επίσης απαραίτητα για τη μεγιστοποίηση της απορρόφησης των θρεπτικών συστατικών. Σε αυτά περιλαμβάνονται η Πρωτεάση, η Αμυλάση και η Λιπάση.

Όλα αυτά τα θρεπτικά συστατικά συνδυάζονται στο AquaSource Osteo-Forte.

## Το AquaSource Osteo-Forte παρέχει βέλτιστη υποστήριξη

Το Osteo-Forte είναι ειδικά σχεδιασμένο από την AquaSource και περιέχει μια επιστημονικά τεκμηριωμένη σειρά διατροφικών ουσιών που λειτουργούν σε συνεργασία, υποστηρίζοντας την υγεία των οστών και των αρθρώσεων. Το AquaSource Osteo-Forte διαθέτει πιστοποίηση από τη Vegan Society, ενώ τα συστατικά του είναι βιολογικά σε ποσοστό πάνω από 90%, παρέχοντας μια βελτιστοποιημένη σειρά από θρεπτικά συστατικά και συμπράγοντες καθώς μεγαλώνετε. Για ακόμη μια φορά, είναι σημαντικό να τονίσουμε ότι τα συστατικά βελτιστοποιούνται για μέγιστη απορρόφηση. Αυτό είναι ένα σημαντικό πλεονέκτημα.

## Στα βασικά συστατικά περιλαμβάνονται:

### Μαγνήσιο (από Βιολογικό Μαρούλι της Θάλασσας)

Το Βιολογικό Μαρούλι της Θάλασσας είναι ένα είδος φυκιού με ανοιχτό πράσινο χρώμα που μπορεί να βρεθεί σε όλον τον κόσμο. Είναι ένα από τα πιο πλούσια σε θρεπτικά συστατικά φύκια. Είναι πλούσιο σε απαραίτητα λιπαρά οξέα, πολυσακχαρίτες, βιταμίνες, μέταλλα και άλλα θρεπτικά συστατικά. Το Βιολογικό Μαρούλι της Θάλασσας είναι εξαιρετικά πλούσιο σε μαγνήσιο, το οποίο συμβάλλει στη φυσιολογική λειτουργία των μυών, στη διατήρηση των φυσιολογικών οστών και στη μείωση της κούρασης και της κόπωσης.

### Ασβέστιο (από Βιολογικά Ασβεστολιθικά Κόκκινα Φύκια)

Το ασβέστιο ως συμπλήρωμα διατροφής είναι διαθέσιμο σε δύο μορφές: το ανθρακικό ασβέστιο (κιμωλία) και το κιτρικό ασβέστιο, το οποίο είναι φυτικό. Το κιτρικό ασβέστιο είναι περίπου 30% πιο απορροφήσιμο από το ανθρακικό ασβέστιο, γεγονός που το καθιστά μια πιο αποδοτική και αποτελεσματική μορφή ασβεστίου.



Τα Βιολογικά Ασβεστολιθικά Κόκκινα Φύκια μας συλλέγονται με αποκλειστική άδεια στα δροσερά, καθαρά και παρθένα νερά στα ανοικτά των ακτών της Ισλανδίας. Σε μια περιοχή ανέγγιχτη από τη διεθνή ναυτιλία και τη βιομηχανία. Σε αυτή την περιοχή, τα ζεστά νερά του Ρεύματος του Κόλπου συναντούν τα κρύα καθαρά νερά της Αρκτικής παρέχοντας έτσι τις τέλειες προϋποθέσεις για την ανάπτυξη των κοιτασμάτων Λιθοθαμνίου. Το μηχάνημα συλλογής μας υπερβαίνει τα υψηλότερα διεθνή πρότυπα, για να εξασφαλίσουμε ότι το υλικό συλλέγεται με βιώσιμο τρόπο και ότι αυτός ο πολύτιμος πόρος προστατεύεται για τις μελλοντικές γενιές. Ένα εκτεταμένο πρόγραμμα ποιοτικού ελέγχου εξασφαλίζει την ανιχνευσιμότητα και τη σταθερά υψηλή ποιότητα κάθε παρτίδας. Είναι μια εύκολα απορροφήσιμη πηγή ασβεστίου και 74 άλλων βασικών ιχνοστοιχείων ευεργετικών για την ανθρώπινη διατροφή.

**Βιταμίνη D** - Η Βιταμίνη D είναι μια λιποδιαλυτή βιταμίνη που προάγει την απορρόφηση του ασβεστίου, υποστηρίζει τη φυσιολογική ανάπτυξη των οστών και παίζει ρόλο στην υποστήριξη της λειτουργίας του ανοσοποιητικού συστήματος. Το δέρμα σας παράγει Βιταμίνη D όταν εκτίθεται στο ηλιακό φως. Ωστόσο, αν περνάτε το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου σας σε εσωτερικούς χώρους ή ζείτε σε μια τοποθεσία με λιγότερο ηλιακό φως, ένα συμπλήρωμα μπορεί να είναι απαραίτητο για τη διατήρηση της καλής σας υγείας.

Στο AquaSource Osteo-Forte περιέχεται Βιταμίνη D2, η φυτική μορφή της Βιταμίνης D, η οποία προέρχεται από βιολογικά μανιτάρια, σύμφωνα με τους κανόνες ηθικής και δεοντολογίας.

**Βιταμίνη K2** - Η Βιταμίνη K ενεργοποιεί τις πρωτεΐνες που παίζουν ρόλο στην πήξη του αίματος και στην υγεία της καρδιάς. Ένας από τους σημαντικότερους ρόλους της, όμως, είναι η συμβολή της στη ρύθμιση των εναποθέσεων ασβεστίου, προωθώντας την ασβεστοποίηση των οστών.

Η Βιταμίνη K είναι διαθέσιμη σε δύο μορφές: K1 και K2. Η Βιταμίνη K1 (φυλλοκινόνη) βρίσκεται σε φυτικές τροφές όπως τα πράσινα φυλλώδη λαχανικά. Η Βιταμίνη K2 (μενακινόνη) βρίσκεται σε ζωικές τροφές και τρόφιμα που έχουν υποστεί ζύμωση.

Στη Βίγκαν σύνθεση του Osteo Forte, χρησιμοποιείται η μορφή K2VITAL® Delta της Βιταμίνης K2 με έως και 20% μεγαλύτερη δυνατότητα αφομοίωσης. Αυτή η μοναδική διπλή διαδικασία μικροενθυλάκωσης, προσφέρει την καλύτερη δυνατή προστασία ενάντια στη σκληρότητα ορισμένων μετάλλων.

Η K2VITAL® είναι η καθαρότερη, πιο ενεργή και αποδεδειγμένα ασφαλής Βιταμίνη K2. Διασφαλίζει ότι το ασβέστιο φθάνει στην οστική μάζα και βοηθά στη μείωση του κινδύνου αρτηριακής αποτίτανωσης, καθιστώντας την μια απαραίτητη βιταμίνη για την υποστήριξη της οστικής και καρδιαγγειακής υγείας.

**Ιοντικά Ανόργανα Άλατα** - Περιλαμβάνονται Ψευδάργυρος και Βόριο σε μορφή ιοντικών ανόργανων αλάτων. Τα ιοντικά ανόργανα άλατα είναι μεταλλικά ιόντα που έχουν διαχωριστεί πλήρως από τις φυσικά απαντώμενες ενώσεις τους, καθιστώντας αποτελεσματικότερη την απορρόφησή τους. Ο Ψευδάργυρος βοηθά στην ενδυνάμωση των οστών, υποστηρίζει το ανοσοποιητικό σας σύστημα και συμβάλλει στον φυσιολογικό μεταβολισμό. Το Βόριο βοηθά στην υποστήριξη των φυσιολογικών οστών και των αρθρώσεων.

**Αμυλάση** - Ένα ένζυμο που διασπά το άμυλο, μετατρέποντάς το σε σάκχαρο. Το άμυλο από τη φύση του περιέχει γλυκόζη. Η αμυλάση διασπάται και χωρίζει τους διάφορους δεσμούς μέσα στο άμυλο, εξάγοντας σάκχαρο έτσι ώστε να μπορούν να χρησιμοποιηθούν από τον οργανισμό.

**Λιπάση** - Ένα υδατοδιαλυτό ένζυμο που βοηθά στη διάσπαση των λιπών έτσι ώστε να μπορούν να απορροφηθούν από το έντερο.

**Πρωτεάση** - Βοηθά κατά τη διαδικασία της πέψης στη διάσπαση και την αφομοίωση των πρωτεϊνών σε αμινοξέα.

**Υπερτροφή Βιολογικά Φύκια AquaSource** - Η Υπερτροφή Βιολογικά Φύκια AquaSource αποτελεί μια εξαιρετικά πλούσια και αγνή πηγή βασικών θρεπτικών συστατικών, που περιέχει πάνω από 60% πρωτεΐνη. Είναι πλούσια σε Βήτα Καροτίνη, μια πολύτιμη αντιοξειδωτική ουσία, καθώς και σε Βιταμίνη B12. Αποτελεί εξαιρετική πηγή σιδήρου και άλλων απαραίτητων μετάλλων. Τα Βιολογικά Φύκια AquaSource προέρχονται αποκλειστικά από τη φύση - ΔΕΝ είναι συνθετική τροφή. Είναι πλήρως εύπεπτα και εξαιρετικά αφομοιώσιμα.



## Συνδυάστε το Osteo-Forte με το Organic Vitamin D και το Fatty Acid Complex για μια καταπληκτική τριάδα προϊόντων υποστήριξης των οστών και των αρθρώσεων!

Μπορείτε να συνδυάσετε τα Osteo-Forte, Organic Vitamin D και Fatty Acid Complex για μεγιστοποίηση της υποστήριξης.

### AquaSource Organic Vitamin D

Η AquaSource συνδυάζει Βιολογική Βιταμίνη D από βιολογικά μανιτάρια σε μορφή σκόνης με Ασβέστιο από Βιολογικά Ασβεστολιθικά Κόκκινα Φύκια, όχι ορυκτή κιμωλία. Στη σύνθεση περιλαμβάνεται Βιολογικό Αλφάλφα, για να λάβετε ακόμη περισσότερα θρεπτικά συστατικά μέσω των ινών και των μετάλλων. Συνδυαστικά όλα αυτά, υποστηρίζουν την υγεία των οστών, τα γερά δόντια, το ανοσοποιητικό και τη μυϊκή λειτουργία. Το ασβέστιο συμβάλλει επίσης στην ενέργεια, τη νευροδιαβίβαση και τη φυσιολογική λειτουργία των πεπτικών ενζύμων.

### AquaSource Fatty Acid Complex

Τα πολυακόρεστα λιπαρά οξέα είναι απαραίτητα για τη διατήρηση της υγείας της καρδιάς, των αρθρώσεων, του δέρματος και πολλών άλλων λειτουργιών του οργανισμού, συμπεριλαμβανομένου του καλού μεταβολισμού. Ο σύγχρονος τρόπος ζωής δεν σας επιτρέπει να λαμβάνετε πάντα όλα όσα χρειάζεστε μόνο μέσω της διατροφής.

Ο συνδυασμός ελαίων μας περιέχει τη βέλτιστη αναλογία Ωμέγα 6 προς Ωμέγα 3, όπως καθορίζεται από έρευνες για την υποστήριξη της υγείας της καρδιάς. Αποτελεί επίσης μια καλή πηγή Ωμέγα 9 λιπαρών οξέων.

Το Fatty Acid Complex είναι ένας εξαιρετικός τρόπος για να διασφαλίσετε ότι λαμβάνετε την κατάλληλη ποσότητα λιπαρών οξέων.

Για πλήρεις διατροφικές πληροφορίες σχετικά με όλα τα προϊόντα AquaSource (συστατικά, οδηγίες, αλλεργιογόνα και τυχόν προειδοποιήσεις, κατά περίπτωση), επισκεφθείτε τον δικτυακό μας τόπο [www.aquasource.net](http://www.aquasource.net)

© Copyright AquaSource Algae Group Ltd. All rights reserved.  
30.04.2021

