



## TEST DE MATERIAL

Está demostrado que los ácidos grasos esenciales Omega 3 son de un gran efecto reparador en los deportistas, especialmente en el caso de los deportistas de resistencia y larga distancia. Además actúan sobre nuestra red cardiovascular de forma que pueden incluso prevenir diferentes tipos de patologías pero tampoco hemos de olvidar su acción sobre el sistema nervioso ya que una parte esencial de nuestro cerebro está formado por un porcentaje importante de ácidos grasos Omega 3.

Creo que merece la pena comentar algunos de los beneficios de los ácidos grasos esenciales Omega 3 en nuestro organismo.

- Poseen un efecto de refuerzo de nuestro sistema inmune ya que son precursores de sustancias relacionadas con nuestro sistema de defensa,
- Actúan frente a la coagulación sanguínea y previenen la posible formación de coágulos
- Previenen diferentes tipos de enfermedades cardiovasculares
- Ayudan al funcionamiento normal de nuestro sistema nervioso
- Potencian la estabilidad en nuestras membranas celulares
- Reducen el colesterol y controlan la tensión
- Poseen un efecto estabilizador en las contracciones del corazón y previenen la posible presencia de arritmias cardíacas
- Tienen un efecto de disminución de la inflamación y el dolor en varias enfermedades articulares

Y en concreto centrándonos un poco más en la práctica deportiva de los corredores de ultra distancia podemos destacar lo siguiente en cuanto a su efecto sobre distintos procesos vitales de nuestro organismo.

Los procesos de oxidación se relacionan directamente con el envejecimiento progresivo de nuestro organismo. Aunque parece que los Omega 3 no poseen una acción directa en cuanto a los llamados radicales libres y no tienen una acción antioxidante demostrada, sí que mejoran la capacidad funcional de las membranas celulares y las refuerzan para evitar los efectos de estas sustancias perjudiciales para nuestro organismo.



Cuando practicamos ejercicio intenso de forma habitual se generan procesos inflamatorios en nuestro organismo y los ácidos grasos Omega 3 tiene una acción antiinflamatoria directa y eficaz para los deportistas junto con una alimentación equilibrada y adecuada a las necesidades energéticas. Esta acción es capaz de inhibir la producción de mediadores inflamatorios como PGE2 (prostaglandina E2), TXA2 (tromboxano A2), leucotrienos e

interleukinas.

Si incidimos en las necesidades energéticas que comentaba son mucho mayores en el caso de los deportistas y una de las principales fuentes de calorías son los hidratos de carbono pero también hemos de tener especial cuidado en cuanto a los nutrientes que ingerimos y la calidad de las grasas que consumimos.



Hace más de 20 años que Beps Biopharm están especializados en productos Omega3. Es esta experiencia la que les hace diferentes y los convierten en los internacionalmente reconocidos "expertos en omega-3". Todas las tiendas de

salud o de otra índole, ya sean online o físicas, tienen cientos de productos diferentes, con diferentes usos y aplicaciones, diferentes marcas, distintas calidades y distintos precios. Es fácil ver que no pueden ser expertos con tantísima diversidad. Para ellos es mucho más importante las ventas que la experiencia. Para Beps Biopharm vender también es importante, pero sobre todo, pretenden ofrecer los mejores suplementos de Omega 3 y todo el asesoramiento profesional que necesite.



Cada lote de sus productos es analizado antes de su comercialización, asegurando su frescura, composición y contaminación (metales pesados, pesticidas, PCB, etc). Se pone el lote en el mercado solo si los resultados están por debajo de todos los límites y recomendaciones oficiales.

En Beps Biopharm son expertos en Omega-3 no sólo por lo que le aporta

"BEPS" = "Omega-3 de Confianza", sino también a través de una consultoría personalizada y el asesoramiento para todas las cuestiones relacionadas con Omega-3 y con su Salud.

<http://www.beps-shop.com/es/>