



ZINZINO

# BalanceOil

Zinzino BalanceOil est un mélange synergique d'huile de poisson de qualité supérieure, riche en acides gras oméga-3 EPA et DHA<sup>4</sup>, et d'huile d'olive vierge extra spécialement sélectionnée à haute teneur en polyphénols<sup>5</sup>. BalanceOil ajuste et préserve en toute sécurité les taux d'EPA+DHA et l'équilibre oméga-6/oméga-3 dans votre organisme.

BalanceOil favorise le fonctionnement normal du cerveau<sup>1</sup> et du cœur<sup>2</sup>, ainsi que du système immunitaire<sup>3</sup>.



## Avantages clés :

- ✓ Fonction **cérébrale** normale<sup>1</sup>
- ✓ Bon pour le **cœur** <sup>2</sup>
- ✓ Bon pour le **système** immunitaire <sup>3</sup>
- ✓ Augmente les taux d'EPA et de DHA dans l'organisme d'une manière sûre et efficace
- ✓ Contribue à ajuster l'équilibre oméga-6/oméga-3 à un rapport normal
- ✓ Augmente les taux de polyphénol dans votre organisme pour protéger les lipides sanguins contre le stress oxydatif <sup>6</sup>
- ✓ Favorise une fonction oculaire normale<sup>7</sup>, un taux de triglycérides sanguins normal<sup>8</sup>, une pression artérielle normale <sup>9</sup>, un taux de calcium normal dans le sang <sup>10</sup> le maintien de la masse osseuse <sup>11</sup>, la fonction musculaire <sup>12</sup>, des dents saines <sup>13</sup> et le processus de division cellulaire <sup>14</sup>.

# Une formule synergique

## FONCTION CÉRÉBRALE

EPA et DHA ont des allégations de santé approuvées pour le maintien des fonctions normales du cerveau<sup>1</sup>. Pour les femmes enceintes, l'apport en DHA contribue au développement normal du cerveau du fœtus et du nourrisson allaité<sup>1</sup>. Les acides gras oméga-3 à chaîne longue sont importants pour nous et pour la génération à venir.

## BON POUR VOTRE CŒUR

EPA et DHA ont des allégations approuvées pour la santé cardiaque. Ils contribuent au fonctionnement normal de notre cœur<sup>2</sup>.

## BON POUR VOTRE SYSTÈME IMMUNITAIRE

BalanceOil contient la vitamine D, d'une importance vitale pour le système immunitaire car elle contribue à son bon fonctionnement<sup>3</sup>.

## L'HUILE DE POISSON

Les huiles de poisson que nous utilisons (produites par LYSI, en Islande) sont essentiellement extraites de petits poissons pélagiques à cycle de vie court tels que les sardines, les anchois et les maquereaux, mais il n'y a aucune exigence pour un type de poisson spécifique. Le facteur déterminant est un profil d'acides gras optimisant efficacement l'équilibre d'acides gras oméga-6/3 dans l'organisme en 120 jours. Notre huile de poisson est dérivée d'un poisson entier, non transformé. L'huile est soumise à un processus de raffinage pour éliminer les contaminants environnementaux. Les huiles de poisson utilisées dans les produits BalanceOil ont un cahier des charges strict en matière d'EPA et de DHA et sont certifiées exemptes de métaux lourds et autres toxines. Lysi, le fabricant de BalanceOil respecte toutes les exigences réglementaires pour la production et répond à toutes les BPF (bonnes pratiques de fabrication pharmaceutique) pour les aliments et pour les produits pharmaceutiques.

## L'HUILE D'OLIVE

BalanceOil contient une huile d'olive extra-vierge spéciale pressée à froid reconnue pour sa teneur élevée en polyphénols (supérieure à 350 mg/kilo)<sup>5</sup>. Les polyphénols sont de puissants anti-oxydants offrant de nombreux avantages. Ils protègent BalanceOil dans la bouteille et, tout aussi important, dans votre organisme. Nos produits sont sans OGM (Organismes Génétiquement Modifiés).

## POISSON ET HUILE D'OLIVE / SYNERGIE = RÉSULTATS

L'alimentation moderne transformée contient une quantité excessive d'acides gras oméga-6 et une quantité insuffisante d'acides gras oméga-3. Nos scientifiques ont formulé BalanceOil pour combiner les oméga-3 avec les bons polyphénols dans les bonnes quantités - une combinaison synergique offrant des résultats étonnants.

## PREUVE D'ÉQUILIBRE SOUS 120 JOURS

Nos laboratoires certifiés ont analysé plus de 270 000 tests sanguins janvier 2019 ; nous disposons ainsi de la plus grande base de données au monde. En moyenne, l'équilibre oméga-6/oméga-3 des personnes qui ne prennent pas de complément d'oméga-3 était de 12:1 en Europe du nord, de 15:1 en Europe et de 25:1 aux USA. Après la prise de

BalanceOil sur 120 jours, le taux d'équilibre moyen était inférieur à 5:1 et dans certains cas à 3:1.

**SUGGESTION D'UTILISATION :** 0, 15 ml de BalanceOil x kilo de poids corporel. Adaptez la portion en fonction du poids corporel. Adultes avec un poids corporel de 50 kg : 7,5 ml par jour. Adultes avec un poids corporel de 80 kg : 12 ml par jour. Ne pas dépasser la dose journalière recommandée.

**DOSE CONSIGLIATA:** 0,15 ml di BalanceOil per kg di peso corporeo. Adattare la dose in base al peso corporeo. Adulti con un peso di 50 kg: 7,5 ml al giorno. Adulti con un peso di 80 kg: 12 ml al giorno. Non superare la dose giornaliera raccomandata.

\* Informations spéciales pour la Suisse : La posologie quotidienne recommandée est de 0,15 ml par kilo de poids corporel, soit 3,0 ml par jour pour 20 kg de poids corporel. Ne pas dépasser la dose quotidienne recommandée. Les recommandations sur les niveaux quotidiens d'EPA et de DHA varient selon les pays et les organisations. La posologie quotidienne maximale recommandée pour les adultes en Suisse est de 500 mg d'EPA / DHA. Il n'y a aucun effet négatif connu en prenant plus de 3 g (trois grammes) d'oméga-3 par jour, mais en Suisse, des doses journalières supérieures à 3 g sont considérées comme médicamenteuses et ne doivent être prises que si elles sont recommandées par un médecin.

**CONSERVAZIONE:** Conservare le confezioni sigillate in un luogo buio e asciutto, a temperatura ambiente o in frigorifero. Conservare le confezioni aperte in frigorifero e utilizzarle entro 45 giorni. A temperatura inferiori a 4° C, l'olio può diventare torbido a causa della solidificazione dell'olio d'oliva. L'olio tornerà limpido a temperatura ambiente. Tenere fuori dalla portata dei bambini.

**NOTA:** Gli integratori alimentari non sono da intendersi come sostituti di una dieta varia ed equilibrata. In caso di gravidanza, allattamento o trattamento con anticoagulanti, consultare il medico prima di assumere BalanceOil. Non somministrare BalanceOil ai bambini di età inferiore a un anno.

VALORI NUTRIZIONALI per 0,15 ml	3 ml	
Olio di pesce	83 mg	1657 mg
Omega-3	31 mg	619 mg
di cui: C20:5 (EPA)	16 mg	321 mg
di cui: C22:6 (DHA)	8,5 mg	171 mg
Acido oleico (Omega-9)	38,5 mg	767 mg
Vitamina D3 (250% della RDA) (400% della RDA)	0,26 µg	5,0 µg
*) % della razione giornaliera consigliata (RDA) Direttiva 90/496/CEE		

## INGRÉDIENTS :

Huiles de poisson (anchois, maquereau, sardine), huile d'olive pressée à froid, mélange de tocophérols (antioxydants), saveur orange-citron-menthe, vitamine D3 (cholécalférol).

# Foire aux questions

## Qu'est-ce que les oméga-3 ?

Oméga-3 est un terme générique désignant un groupe d'acides gras polyinsaturés à longue chaîne, dont la première double liaison se situe entre la troisième et la quatrième liaison carbone comptée depuis l'extrémité méthyle. Les acides gras oméga-3 sont essentiels, ce qui signifie que l'organisme ne peut pas les produire lui-même et qu'ils doivent donc faire partie de notre alimentation. Seules les femmes en âge de procréer ont la capacité de produire de petites quantités d'acides gras Oméga-3. L'apport d'acides gras oméga-3 par l'alimentation est toutefois également recommandé pour les femmes de ce groupe. Il existe différents types d'acides gras oméga-3 : les acides gras oméga-3 à chaîne courte, d'origine végétale, et les acides gras oméga-3 à chaîne longue, d'origine marine. Les acides gras oméga-3 à chaîne longue ont un effet bio-actif supérieur, notamment l'acide eicosapentaénoïque (EPA, C20:5 oméga-3) et l'acide docosahexaénoïque (DHA, C 22:6, oméga-3-3).

## Dans quel type d'aliment puis-je trouver des oméga-3?

On trouve essentiellement les acides gras oméga-3 à chaîne longue (EPA et DHA) dans les poissons gras tels que la sardine, le maquereau, les anchois ou le saumon pour n'en citer que quelques uns, tandis qu'on trouve l'acide gras oméga-3 alpha-linolénique (ALA) à chaîne courte dans la plupart des huiles végétales.

## Pourquoi devrais-je prendre des suppléments d'oméga-3 ?

Les acides gras oméga-3 marins sont importants pour obtenir un équilibre normal et sain entre les composants de votre organisme. De plus, les oméga-3 sont importants pour un développement et une croissance naturelle et sainte. De nombreuses études scientifiques très documentées montrent que les oméga-3 (EPA et DHA) sont importants à la santé du système cardiovasculaire<sup>2</sup>, au développement du fœtus<sup>1</sup>, aux performances cognitives, à l'humeur et au comportement pour ne citer que quelques exemples.

## Quelle est la dose d'oméga-3 nécessaire ?

La dose quotidienne minimale recommandée d'EPA et de DHA varie d'un pays et d'un organisme à l'autre. Voici quelques exemples :

- EFSA (European Food Safety Authority) : 250 mg d'EPA + DHA/jour
- American Heart Association : deux parts de poissons gras par jour
- ISSFAL (International Society for the Study of Fatty Acids and Lipids) : Minimum 500 mg d'EPA + DHA/jour
- OMS (Organisation mondiale de la santé) : 200-500 mg EPA+DHA/day

Notre alimentation occidentale contient un excès d'acides gras oméga-6 par rapport aux acides gras oméga-3. Il est donc nécessaire d'augmenter la dose journalière d'acides gras oméga-3 de 3 grammes pour atteindre un équilibre normal entre acides gras oméga-6/oméga-3.

## D'où provient le poisson utilisé pour BalanceOil ?

Notre Balance Oil est fabriquée par LYSI en Islande. L'huile de poisson utilisée est principalement dérivée de petits poissons pélagiques à faible espérance de vie comme les sardines, les anchois et les maquereaux. Aucun poisson particulier n'est exigé : jusqu'à 30 sortes de poissons différentes peuvent donc être utilisées au fil des

ans. L'huile de poisson doit impérativement avoir un profil d'acides gras optimal (DHA) : cela permet à l'huile d'être suffisamment efficace pour optimiser l'équilibre en acides gras oméga-6/oméga-3 dans l'organisme au bout de 120 jours.

Ce poisson est pêché dans diverses régions du monde, comme dans l'Océan Atlantique et l'Océan Pacifique.

L'huile de poisson est certifiée par les autorités locales qui exigent que les prélèvements aient lieu dans des pêcheries dédiées. Un grand nombre de ces pêcheries ont été approuvées par des organisations comme « Friend of the Sea ».

Notre huile de poisson est dérivée de poissons entiers et non transformés dont les restes sont utilisés pour nourrir les animaux afin de réduire au maximum le gaspillage.

L'huile de poisson est analysée et certifiée conforme à l'ensemble des directives et réglementations européennes relatives aux métaux lourds, aux toxines et autres contaminants.

Chez LYSI, l'huile passe par plusieurs processus de raffinage visant à éliminer tout contaminant environnemental avant d'être mélangée à l'huile d'olive.

LYSI respecte l'ensemble des exigences réglementaires en matière de production ainsi que les bonnes pratiques industrielles concernant les produits alimentaires et pharmaceutiques.

## L'huile de poisson contient-elle des matières génétiquement modifiées ?

Non.

## Pourquoi est-il si important d'avoir un équilibre normal d'acides gras oméga-6/oméga-3 ?

Notre alimentation occidentale contient beaucoup d'acides gras oméga-6 et relativement peu d'acides gras oméga-3 d'origine marine, ce qui augmente le déséquilibre entre les acides gras oméga-6 et les acides gras oméga-3 dans l'organisme. Un tel déséquilibre déclenche le développement de troubles de santé liés au style de vie. Les acides gras oméga-6 et oméga-3 sont les précurseurs de molécules de signalisation proches des hormones (eicosanoïdes) dans l'organisme. Les eicosanoïdes issus des oméga-6 sont pro-inflammatoires et favorisent l'inflammation chronique. Les molécules de signalisation issues des acides gras oméga-3 ont un potentiel inflammatoire inférieur. Certaines ont même des propriétés anti-inflammatoires. Les eicosanoïdes se complètent mutuellement à bien des égards, et c'est pourquoi il est important de maintenir un bon équilibre entre eux. Un équilibre normal des acides gras oméga-6/oméga-3 est essentiel pour un bon équilibre des eicosanoïdes, tandis qu'un équilibre élevé d'acides gras oméga-6/oméga-3 favorise une inflammation chronique. Le Conseil Nordique des Ministres recommande que l'équilibre des acides gras oméga-6/oméga-3 dans l'alimentation soit inférieur à 5:1.

## Comment puis-je savoir que mon équilibre d'acides gras oméga-6/oméga-3 est sain ?

Nous recommandons à chacun de contrôler son équilibre d'acides gras oméga-6/oméga-3 en utilisant notre ZinzinoTest. Ce test mesure les acides gras dans le sang total, et reflète ainsi le profil d'acides gras de notre alimentation quotidienne. L'équilibre des acides gras oméga-6/oméga-3 et le niveau des oméga-3 sont calculés à partir du profil d'acides gras. Si votre alimentation est équilibrée, votre équilibre d'acides gras oméga-6/oméga-3 sera inférieur à 5:1 ou mieux encore inférieur à 3:1.

## BalanceOil ALLÉGATIONS (EFSA)

1. Le DHA contribue au fonctionnement normal du cerveau. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire contenant au moins 40 mg d'acide docosahexaénoïque (DHA) pour 100 g et pour 100 kcal. L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 250 mg de DHA. L'apport maternel en DHA contribue au développement normal du cerveau du nourrisson allaité et du fœtus. Les femmes enceintes et allaitantes seront informées que l'effet bénéfique est obtenu avec un apport journalier de 200 mg de DHA en plus de l'apport journalier recommandé en acides gras oméga-3 pour l'adulte, soit : 250 mg de DHA et EPA. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire contenant un apport quotidien minimum de 200 mg de DHA.

2. EPA et DHA contribuent à une fonction cardiaque normale. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source d'EPA et de DHA au sens de l'allégation SOURCE D'ACIDE GRAS OMÉGA-3 définie dans l'annexe du règlement (CE) no 1924/2006. L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 250 mg d'EPA et de DHA.

3. La vitamine D contribue au fonctionnement normal du système immunitaire. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source de vitamine D au sens de l'allégation SOURCE DE VITAMINE D définie dans l'annexe du règlement (CE) N° 1924/2006.

4. Une allégation selon laquelle une denrée alimentaire est riche en acides gras oméga-3 et toute allégation pouvant avoir la même signification pour le consommateur ne peut être utilisée que si le produit contient au moins 0,6 g d'acide alpha-linolénique pour 100 g et pour 100 kcal, soit au moins 80 mg de la somme d'acide eicosapentaénoïque et d'acide docosahexaénoïque pour 100 g et pour 100 kcal. Analysé et certifié à la source

5. L'huile extra vierge utilisée dans BalanceOil est extraite d'olives Picual pressées à froid puis spécialement sélectionnées à haute teneur en polyphénols (plus de 350 mg/kilo). Analysé et certifié à la source.

6. Les polyphénols contenus dans l'huile d'olive contribuent à protéger les lipides sanguins du stress oxydatif. L'allégation ne peut être utilisée que pour une huile d'olive contenant au moins 5 mg d'hydroxytyrosol et ses dérivés (comme le complexe d'oleuropéine et tyrosol) pour 20 g d'huile d'olive. L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 20 g d'huile d'olive.

7. Les DHA contribuent au maintien d'une vision normale. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire contenant au moins 40 mg d'acide docosahexaénoïque (DHA) pour 100 g et pour 100 kcal. L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 250 mg de DHA. L'apport en acide docosahexaénoïque (DHA) contribue au développement visuel normal des nourrissons jusqu'à l'âge de 12 mois. Le consommateur

sera informé que l'effet bénéfique est obtenu avec un apport journalier de 100 mg de DHA. Lorsque l'allégation est utilisée sur la formule de suite, l'aliment doit contenir au moins 0,3 % du total des acides gras tels que le DHA.

8. DHA et EPA contribuent au maintien de niveaux de triglycérides sanguins normaux. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire fournissant un apport quotidien minimum de 2 g d'EPA et de DHA. L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 2 g d'EPA et de DHA. Lorsque cette allégation est utilisée pour des compléments alimentaires et/ou des aliments enrichis, le consommateur sera également informé afin qu'il n'excède pas un apport journalier complémentaire de 5 g d'EPA et de DHA combinés. Le DHA contribue au maintien de niveaux de triglycérides sanguins normaux. Cette allégation ne peut être utilisée que pour des denrées alimentaires fournissant un apport journalier de 2 g de DHA et contenant du DHA et de l'acide eicosapentaénoïque (EPA). L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 2 g de DHA. Lorsque cette allégation est utilisée pour des compléments alimentaires et/ou des aliments enrichis, le consommateur sera également informé afin qu'il n'excède pas un apport journalier complémentaire de 5 g d'EPA et de DHA combinés.

9. DHA et EPA contribuent au maintien d'une pression sanguine normale. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire fournissant un apport quotidien minimum de 3 g d'EPA et de DHA. L'allégation peut être utilisée si le consommateur est informé que l'effet bénéfique est obtenu par la consommation journalière de 3 g d'EPA et de DHA. Lorsque cette allégation est utilisée pour des compléments alimentaires et/ou des aliments enrichis, le consommateur sera également informé afin qu'il n'excède pas un apport journalier complémentaire de 5 g d'EPA et de DHA combinés.

10. La vitamine D contribue à un taux de calcium normal dans le sang. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source de vitamine D au sens de l'allégation SOURCE DE VITAMINE D définie dans l'annexe du règlement (CE) N° 1924/2006.

11. La vitamine D contribue au maintien normal des os. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source de vitamine D au sens de l'allégation SOURCE DE VITAMINE D définie dans l'annexe du règlement (CE) no 1924/2006.

12. La vitamine D contribue au maintien d'une fonction musculaire normale. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source de vitamine D au sens de l'allégation SOURCE DE VITAMINE D définie dans l'annexe du règlement (CE) N° 1924/2006.

13. La vitamine D contribue au maintien de dents saines. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source de vitamine D au sens de l'allégation SOURCE DE VITAMINE D définie dans l'annexe du règlement (CE) N° 1924/2006.

14. La vitamine D joue un rôle dans le processus de division cellulaire. L'allégation ne peut être utilisée que pour une denrée alimentaire qui est au moins une source de vitamine D au sens de l'allégation SOURCE DE VITAMINE D définie dans l'annexe du règlement (CE) no 1924/2006.