
Omega 3 i karmienie

Autor: Milek - 2009/12/13 13:58

Czy matka karmiąca powinna dodatkowo przyjmować omega 3 ?

=====

O: Omega 3 i karmienie

Autor: admin - 2009/12/15 13:26

Oczywiście, że powinna, wszak zapewne każdej matce zależy na prawidłowym rozwoju dziecka, w tym przede wszystkim rozwoju mózgu i zapobieganiu alergii, bo do tego w szczególności są niezbędne NNKT omega 3. W dzisiejszej rzeczywistości spożycia pokarmów, o ile nie jest odpowiednio dopasowana dieta, a zwykle nie jest, a jest to wcale niełatwe, to suplementacja matki karmiącej jest KONIECZNOŚCIĄ, w szczególności w to oczywiście przyjmowanie NNKT omega 3. Wiele problemów zdrowotnych, zarówno matki jak i niemowlaka, jest związanych z brakami stosownych składników odżywczych, choć oczywiście zwykle nie wiążą się z tym faktem, ale leczy, co w dzisiejszych realiach oznacza niwelowanie objawów, a nie wpływanie na przyczyny. Te są prozaiczne: organizm nie dysponuje stosownymi składnikami, by zsyntetyzować i wykorzystać odpowiednie elementy, tak aby zapewnić homeostazę organizmu.

=====