**Informacja prasowa**

**Chorzów, 19.11.2024 r.**

**Mity na temat estrów etylowych – co warto wiedzieć?**

**Kwasy tłuszczowe z grupy omega-3 są niezbędne dla naszego zdrowia, a ich suplementacja staje się coraz bardziej powszechna. Na rynku dostępne są różne formy kwasów tłuszczowych, między innymi trójglicerydy i estry etylowe. Wokół tych dwóch form narosło wiele mitów. Warto zrozumieć, jak działają i czy różnią się pod względem przyswajalności oraz długoterminowych korzyści zdrowotnych.**

Trójglicerydy to estry glicerolu i wyższych kwasów tłuszczowych, które naturalnie występują w przyrodzie. Ich budowa jest prosta – trzy cząsteczki kwasów tłuszczowych są połączone z cząsteczką glicerolu. Z kolei estry etylowe powstają podczas procesu transestryfikacji, który pozwala na przyłączenie kwasu tłuszczowego do cząsteczki alkoholu etylowego. Choć chemicznie różnią się od siebie, to zarówno glicerol (obecny w trójglicerydach), jak i etanol (w estrach etylowych) należą do grupy alkoholi. Istotna różnica tkwi jednak w liczbie grup hydroksylowych – etanol ma jedną, a glicerol trzy. Czy te różnice chemiczne mają wpływ na to, jak te kwasy omega-3 działają na nasz organizm? Odpowiedź jest bardziej złożona, niż mogłoby się wydawać.

Zarówno trójglicerydy, jak i estry etylowe mają podobne efekty zdrowotne, zwłaszcza przy długotrwałej suplementacji. Obie formy skutecznie zmniejszają ryzyko chorób sercowo-naczyniowych, takich jak choroba wieńcowa. Kluczową różnicą jest sposób ich przyswajania przez organizm oraz tempo, w jakim omega-3 są wchłaniane oraz wykorzystywane.

**Przyswajalność i długoterminowe efekty**

Wchłanianie kwasów omega-3 to temat, wokół którego krąży wiele mitów. Często można usłyszeć, że trójglicerydy są lepsze, ponieważ szybciej się wchłaniają. To prawda, że są łatwiej rozkładane przez enzymy trawienne, co pozwala na szybkie uwolnienie kwasów omega-3 do krwiobiegu. Z drugiej strony, ten szybki proces wchłaniania wiąże się również z szybszą eliminacją z organizmu. To oznacza, że mimo początkowo wysokiego stężenia, ich poziom spada stosunkowo szybko. Estry etylowe działają w inny sposób. Aby mogły zostać wchłonięte przez organizm, najpierw muszą przejść proces hydrolizy, co spowalnia ich wchłanianie. Dzięki temu kwasy omega-3 uwalniają się stopniowo, co z kolei przekłada się na dłuższe utrzymanie ich poziomu we krwi. Oznacza to, że choć efekty estrów etylowych mogą pojawić się nieco później, to ich działanie jest bardziej stabilne i długotrwałe.

Ważnym aspektem jest również technologia produkcji estrów etylowych. Proces transestryfikacji pozwala na usunięcie zanieczyszczeń, takich jak metale ciężkie, pestycydy czy dioksyny, które mogą występować w naturalnych źródłach kwasów omega-3. Co więcej, nowoczesne technologie umożliwiają tworzenie formuł o bardzo wysokim stężeniu kwasów omega-3.

*Główną przewagą estrów etylowych nad trójglicerydami jest ich stopniowe uwalnianie aż do 24 godzin, co może skutecznie wspierać długoterminową suplementację. Dodatkowo coraz więcej badań naukowych koncentruje się na nowatorskich technologiach, które mogą jeszcze bardziej poprawić przyswajalność estrów etylowych, np. estry etylowe w postaci nanocząsteczek lub samoemulgujących systemów. Te innowacje mogą ułatwić wchłanianie kwasów tłuszczowych przez organizm, nie skracając czasu ich uwalniania* – mówi **dr n. biol.** **Magdalena Skórka, starsza specjalistka ds. badań i rozwoju w onesano, producencie naturalnych suplementów diety.**

Podsumowując, estry etylowe i trójglicerydy to dwie formy kwasów omega-3, które mają swoje unikalne właściwości. Trójglicerydy są szybko wchłaniane przez organizm, co pozwala na dynamiczny wzrost poziomu omega-3 we krwi, ale wiąże się również z ich szybszym usunięciem. Estry etylowe działają wolniej, jednak ich efekty są bardziej stabilne i długotrwałe, co sprawia, że są idealne dla osób, które chcą utrzymać stały poziom kwasów omega-3 w organizmie. Nowoczesne technologie, które poprawiają wchłanianie estrów etylowych, sprawiają, że wybór pomiędzy tymi dwoma formami nie jest już tak oczywisty, jak mogłoby się wydawać. Obie formy mają swoje miejsce w suplementacji i każda z nich może przynieść korzyści zdrowotne – kluczowe jest dobranie formy odpowiedniej do swoich potrzeb oraz oczekiwań.

**\*\*\***

**Onesano** jest firmą biotechnologiczną, zaawansowanym i innowacyjnym producentem **naturalnych suplementów diety.** Sercem onesano są zakłady produkcyjne zlokalizowane w Czechowicach-Dziedzicach,posiadające własne laboratorium oraz wykwalifikowaną kadrę specjalistów. To dzięki nim onesano może szczycić się autorskimi recepturami, opatentowanymi składami i innowacyjnymi rozwiązaniami technologicznymi. Produkcja jest realizowana w oparciu o najwyższe standardy, z poszanowaniem środowiska naturalnego. Bazę linii produkcyjnych stanowi EstroVita – w 100% roślinny suplement diety zawierający kwasy omega 3,6,9, pozyskany z mieszaniny co najmniej czterech olejów, wzbogacony o naturalne witaminy oraz PostVital, suplementy diety zawierające unikalny postbiotyk **drożdży** *Yarrowia lipolytica* wpisany na listę Novel Food. Onesano jest firmą z polskim kapitałem, prowadzącą produkcję w naszym kraju i w pełni kontrolującą cały proces produkcyjny. Głównym obszarem działalności jest produkcja naturalnych suplementów diety w postaci bioestrów i unikalnego postbiotyku oraz funkcjonalnych dodatków do żywności zorientowanych na rynek spożywczy. Firma produkuje również preparaty dla zwierząt towarzyszących oraz posiada dedykowaną ofertę produktową dla rolnictwa. Siedziba przedsiębiorstwa mieści się w **Chorzowie.**

**Więcej informacji:**

[**www.onesano.pl**](http://www.onesano.pl)

**Kontakt dla mediów:**

Bartosz Sosnówka

E: [bartosz.sosnowka@dwapiar.pl](mailto:bartosz.sosnowka@dwapiar.pl)

M: 517 476 361