

Fáze vývoje mozku a milníky

Vývoj mozku dětí probíhá ve fázích a milníky se v každé fázi vyznačují vyšší úrovní dovedností a nezávislosti.

Mozek kojenců jim umožní si sednout, zatímco se rozvíjí jejich svaly a koordinace. Když děti začnou žvatlat a komunikovat, vývoj jejich mozku jim umožňuje začít chápat gesta a zvuky.

Mozek batolete se pak vyvine natolik, aby začalo chodit, lézt a dokonce i tančit. Některé budou kreslit a naučí se tvořit umění.

Ve školním věku vykazuje motorika dětí pokročilý vývoj mozku, mohou sportovat a začít se samy oblékat.

Po dosažení těchto milníků získává dětský mozek vnímavost, protože pokračuje v uvědomování si sebe sama a světa kolem sebe v každé fázi vývoje mozku.

Omega-3 kyseliny u dětí

A vše, co potřebujete vědět

Omega-3 kyseliny jsou propagovány jako zázrak pro zdraví nejen dospělých.

Jako rodiče užíváme Omega-3, abychom byli zdraví pro své děti.

Ale jaké výhody mají pro děti potravinové doplňky s omega-3 mastnými kyselinami?

Benefity omega-3 kyselin pro zdraví dětského mozku jsou v každém vývojovém stádiu dětského mozku velmi dobře známé.

Výzkum navíc ukazuje, že omega-3 jsou účinné při podpoře celkového rozvoje a růstu celého dětského organismu a vývoji dětského mozku.

Jaké jsou benefity omega-3 mastných kyselin?

Omega-3 mohou hrát zásadní roli při podpoře dobrého dětského duševního stavu, což může ovlivnit všechny aspekty růstu dětí. Výzkum ukazuje, že omega-3 mastné kyseliny přispívají k normálnímu rozvoji a fungování dětského mozku.

Omega-3 pro rozvoj dětského mozku

Omega-3 mastné kyseliny jsou obzvláště účinné pro rozvoj dětského mozku, zejména co se týče schopnosti učení a paměti.

Další výzkumy prokazují, že omega-3 pomáhají dětem se soustředit. Schopnost soustředit se prospívá při výuce, odstraňuje dětem překážky a umožňuje jim cítit se ve škole komfortně.

Omega-3 kyseliny a chování dětí

Užívání dostatku omega-3 kyselin prospěje podpoře normálního růstu dětí a jejich celkovému vývoji.

Dětem, které jsou zdravé, se bude dařit ještě lépe, hlavně ve škole, kde se užívání Omega-3 mastných kyselin projeví například na lepším soustředění, což může ovlivnit jejich schopnost učit se a usnadňuje dětem navazovat přátelství.

Výhody Vitamínu D společně s Omega-3

Tím, že také zvýšíme příjem vitamínu D, budou mít děti prospěch z další podpory pro jejich rostoucí tělo a také silnější imunitní systém.

Dobrý imunitní systém dítěte má velký vliv na častá nachlazení, nemoci dýchacích cest, různé formy alergií a výskyt kožních problémů.

Imunitní systém má velký vliv na rozvoj autoimunitních chorob, např. Astma, Diabetes, Nervové poruchy, ADHD

Funkční imunitní systém, může znamenat dostatek energie na celodenní školní režim, což samozřejmě vede k méně zameškaných dnů ve škole.

Vitamín D společně s Omega-3 mastnými kyselinami přináší i velký benefit pro podporu vývoje a zdraví očí.

Další přínosy vitamínu D pro děti

Předcházení špatnému vývoji kostí - Křivice (stav měknutí kostí).

Bolesti kostí a zlomeniny jsou výsledkem nesprávného dávkování vitamínu D u dětí. Proto je důležité, aby bylo podáváno správné množství (zejména vitamín D pro kojence). Bylo zjištěno, že kromě Omega-3 je vitamín D nezbytný také pro raný vývoj dětí.

Známé jsou například benefity správného dávkování vitamínu D a omega-3 pro vývoj dětského mozku a růst kostí.

CDC doporučuje, aby dávky vitamínu D pro děti mladší 12 měsíců byly 400 IU každý den, zatímco od 12 měsíců u dětí by se dávka vitamínu D měla zvýšit na 600 IU denně.

Měření správného dávkování vitamínu D u dětí je zásadní, protože skutečně může existovat něco, jako příliš mnoho vitamínu D.

Výběr správného potravinového doplňku s obsahem omega-3 a vitamínu D

Jak tedy vybrat správný potravinový doplněk s omega-3 pro děti?

Existuje několik aspektů, které je třeba zvážit:

Jedná se o důvěryhodnou značku?

Jsou uvedena množství vitamínu D pro děti vhodná?

Budou dětem chutnat?

Převratný potravinový doplněk pro rovnováhu polyfenolů a omega-3 s názvem **Balance Oil Tutti Frutti** byl molekulárně testován na toxiny, aby zajistil čerstvost, bezpečnost a čistotu, které můžete důvěřovat.

Pro rodiče je k dispozici **BalanceTest**, aby získali cílové hodnoty odpovídající věku jejich dětí a aby bylo zajištěno, že děti dostanou správnou dávku omega-3 a vitamínu D.

Existuje totiž také, **Vitamin D Test** pro kontrolu hladiny vitamínu D.

Potravinové doplňky s omega-3 a vitamínem D se doporučují nejen pro batolata a starší děti, ale také pro kojence.

Chuť a dávkování šité na míru dětem jim pomáhá získat dostatek omega-3, protože potřebují více množství na kg než dospělí.

A co je nejdůležitější, příchut' **BalanceOil Tutti Frutti** schválily samy děti, zamilují si ji i ti nejvybíravější jedlíci.

Stačí se zeptat těch svých! Přidání Omega-3 do dětské stravy a zajištění dostatečného příjmu vitamínu D jsou jednoduchým řešením ve světě se spoustou problémů.