

## Product: Healthy Eyes

### Description

---

Healthy Eyes is a food supplement that features a combination of astaxanthin, lutein, zeaxanthin and bilberry, thus bringing together what, nutrigenomically are considered to be the best and most important nutrients known for eye health.

- Protects the skin and eyes from the harmful effects of solar radiation
- Protects the entire eye area from the effects of free radicals



### Function

---

- Prevents aging of eye tissues
- Prevents vision loss

This supplement contains an optimal dose of natural astaxanthin which is claimed to be one of the most powerful antioxidants, and in addition to many other benefits, protects the eye from the damaging effects of free radicals, improves and protects the skin both in its texture, eliminating wrinkles and unwanted marks and can even cure certain skin problems, substantially reducing the risk of skin cancer. It also promotes a generally younger appearance. It also reduces the damaging effects of UVs on DNA and works as a powerful natural anti-inflammatory and cardiovascular system protector of extraordinary interest to athletes. Contains no allergens of any kind.

## Product: Healthy Eyes

### Function

---

As pessoas com maior consumo dietético de antioxidantes encontrados em frutas e legumes coloridos são menos propensos a desenvolver catarata do que aqueles com baixos consumos. A vitamina B2, encontrada em ovos e peixes gordos, ajuda a manter os níveis ideais no olho de um importante antioxidante, "glutathione", que pode inibir a formação da catarata.

A presbiopia é uma forma de hipermetropia que se desenvolve como parte do processo de envelhecimento normal. Cada lente do olho engrossa, tornando-se cada vez mais difícil de se concentrar perto de objetos. Os primeiros sintomas geralmente ocorrem em torno da idade de 45, quando pode precisar de começar a usar óculos para atividades ao perto, como leitura ou costura. Há pouco que pode ser feito para prevenir a presbiopia, devido ao facto de a lente crescer ao longo da vida, enquanto que o olho permanece um tamanho fixo. Os músculos do olho são, portanto, menos capazes de mudar a forma de lente por constrição ou relaxar. O grande inibidor deste desenvolvimento patológico são os antioxidantes.

O glaucoma é uma condição em que a pressão do fluido no olho atinge um nível tão elevado que provoca danos. A pressão excessiva comprime os pequenos vasos sanguíneos que alimentam o nervo óptico, que pode levar a perda de visão ou mesmo cegueira. É a doença ocular mais comum em pessoas com mais de 60 anos e é responsável por 15% de cegueira na Europa.

Os olhos secos são relativamente comuns, especialmente se você se esqueça de piscar quando se concentrar no seu trabalho ou no monitor do seu computador. No entanto, devido à redução da produção de lágrimas, que se torna mais comum com a idade, algumas pessoas podem sofrer de olhos secos constantemente. O tratamento padrão envolve gotas conhecidas como lágrimas artificiais. Estas podem resultar, mas pode ser necessário usar com frequência para evitar a queima, comichão e ulceração dolorosa.

Aumentar a ingestão de ômega 3 através de um suplemento de Krill é uma excelente ideia.

O suplemento Olhos Sãos, contém uma dose ideal de Astaxantina natural que tem apresentado resultados muito promissores do ponto de vista do anti-aging (anti-envelhecimento). Ela afirma-se como o mais poderoso anti-oxidante que, além de muitos outros benefícios, protege o olho dos efeitos nefastos dos radicais livres, melhora e protege a pele quer na sua textura, quer eliminando rugas e marcas indesejadas e podendo mesmo curar certos problemas de pele, reduzindo substancialmente o risco de cancro de pele. Ela promove, ainda, uma aparência em geral mais jovem. Pode reduzir os efeitos nefastos dos UVs no ADN e ainda funcionar como poderoso anti-inflamatório natural e protetor do sistema cardiovascular com extraordinário interesse para atletas.

Com Luteína que é um carotenóide natural que é usado pelo seu corpo como um antioxidante, e pelos seus olhos para a absorção da luz azul. É um poderoso antioxidante, capaz de combater os radicais livres e proteger as células dos danos oxidativos. Diversa investigação tem demonstrado que tomar 10mg Luteína pode melhorar a visão em algumas formas de AMD.

E ainda, Zeaxantina, que é o carotenóide antioxidante mais forte encontrado em sua retina. Uma vez transportado para o seu olho, Zeaxantina recoloca-se em vários tecidos, incluindo a sua lente e sua mácula, para apoiar as suas tarefas diárias.

Olhos Sãos inclui ainda, 1000 mg de extracto de mirtilo, um poderosíssimo antioxidante ocular.

Product: Healthy Eyes

Directions / Precautions

Adultos devem tomar 1 cápsula ao dia, ou segundo prescrição profissional. Não deve ser excedida a dose diária recomendada. Se tiver algum problema de saúde, consulte o seu médico primeiro. Os suplementos não devem substituir uma alimentação variada e equilibrada e um estilo de vida saudável. Não recomendado a menores de 18 anos, grávidas e lactantes salvo quando prescrito/recomendado por médico/farmacêutico. Guardar em local fresco e seco. Manter fora do alcance das crianças.



Packaging

- Pack size : 150cc
- Net weight : 47g
- Total weight
- Type : cápsulas
- Quantity : 60
- N.º embalagens p/caixa:
- IVA 23%
- Reference : ECO OLHOS SAOS
- Barcode : 5600283759197

Indications

O Olhos Sãos é um suplemento alimentar elaborado para cobrir necessidades nutricionais, apresentando uma combinação de Astaxantina, Luteína, Zeaxantina e mirtilo. Assim esta formula inclui o que, nutrigenomicamente, se consideram ser os melhores e mais importantes nutrientes conhecidos para a saúde dos olhos, proporcionando uma grande ajuda no combate ao envelhecimento dos tecidos oculares e ao desenvolvimento e proliferação de algumas patologias do olho como: glaucoma, presbiopia, degeneração macular e cataratas.

Allergens

Não contém qualquer Type de alergénicos.



ecogenetics<sup>®</sup>

ecogenetics<sup>®</sup>

**Ingredientes e Informação Nutricional**  
**Ingredientes y Valor Nutricional**  
**Ingredients and Nutritional Value**  
**por cada cápsula/for each capsule:**

\*%VRN/VRV

|                                                                                                                             |                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Luteína/Lutein/Lutein (de Tagetes Erecta flores/ de Tagetes Erecta flowers 200MG)                                           | 10MG           |
| Vitamina/Vitamina/Vitamin C (Ácido L-Ascórbico/Ácido L-Ascorbic/ L-Ascorbic Acid 150MG)                                     | 150MG 187.5%   |
| Mirtilo/Arandano/Blueberry (Vaccinium Myrtilillus 100MG)                                                                    | 100MG          |
| Astaxantina/Astaxantina/Astaxanthin (de/of Haematococcus Pluvialis 80MG)                                                    | 2MG            |
| Zinco/Zinc/Zinc (Gluconato de Zinco/Gluconato de Zinc/Zinc Gluconate 75.6MG)                                                | 10MG 100%      |
| Zeaxantina/Zeaxantina/Zeaxanthin (de/of Tagetes Erecta 2MG)                                                                 | 2MG            |
| Vitamina/Vitamina/Vitamin E (D-alfa Tocoferol Succinato/ D-Alpha Tocopherol Succinato/ D-Alpha Tocopherol Succinate 14.4MG) | a-TE 100%      |
| Vitamina/Vitamina/Vitamin A (Betacaroteno/Betacaroteno/ Betacarotene 10% 7.5MG)                                             | 125µg RE 15.7% |
| Vitamina/Vitamina/Vitamin B2 (Riboflavina-5-Fosfato/ Riboflavin-5-Phosphate 1.48 mg)                                        | 1.4MG 100%     |

**Outros ingredientes/Otros ingredientes/ Other ingredients:**

Hidroxiopropilmetil Celulosa/  
 Hydroxypropylmethyl Cellulosa (cápsula/  
 capsula/capsule). Estearato de Magnésio/  
 Magnesium Stearate (agente antiaglomerante/  
 anti-caking agent). Dióxido de Silício/Dióxido  
 de Silício/Silicon Dioxide (agente  
 antiaglomerante/anti-caking agent).

NUTRIGENOMIC

Olhos Sãos

OLHOS SANOS  
 HEALTHY EYES

Nº de Lote e Data de consumo preferente:  
 Nª Lote y Fecha de consumo preferente:  
 Lot No. and Best before:

\*%VRN/VRV  
 Valor de Referência de Nutrientes  
 Nutrient Reference Values

SUPLEMENTO ALIMENTAR  
 COMPLEMENTO ALIMENTICIO  
 FOOD SUPPLEMENTS

60 gS  
 475 PESO NETO  
 475 NET WEIGHT

PT A Riboflavina, a Vitamina A e o Zinco contribuem para a manutenção da visão em condições normais.

ES La Riboflavina, la Vitamina A y el Zinc contribuyen al mantenimiento de la vision en condiciones normales.

EN Riboflavin, Vitamin A and Zinc contribute to the maintenance of vision under normal conditions.

**Produção / Producción / Manufacturing**  
 Produzido na EU para distribuição por:  
 Producido en la EU para distribución por:  
 Manufactured in the EU for distribution by:

**ECOGENETICS**  
**KonceptEvidence, Lda.**  
 Prct. Cristóvão Falcão, 83-R/C Dto  
 4465-114 S. Nªmado de Infesta - Portugal  
 Apoio ao consumidor +351 915 265 969  
[www.ecogenetics.eu](http://www.ecogenetics.eu)

## Product: Healthy Eyes

### Informação sobre constituintes

---

**Riboflavina:** também conhecida como vitamina B2, tem como uma de suas principais funções converter energias dos alimentos fazendo com que cheguem até os músculos. Além disso a vitamina B2 auxilia na produção de hemácias e possui um forte efeito antioxidante.

Ardência ocular, fadiga ocular, sensação de areia nos olhos, ou distúrbios visuais, são normalmente sintomas causados por uma deficiência de vitamina B, especialmente vitamina B2.

Entre as fontes ricas em vitamina B2 contamos com o leite, ovos, amêndoas, cogumelos, soja e espinafre.

**Vitamina A:** Ajuda na manutenção de uma visão e pele sãs. Favorece o desenvolvimento ósseo normal e reforça o sistema imunitário.

**Luteína:** A luteína é um dos dois principais carotenoides encontrados na pigmentação colorida do olho humano. A cor funciona como um filtro de luz que protege os tecidos do olho contra danos causados pela luz solar. Além de estar presente nos tecidos e no plasma do olho, a luteína juntamente com a zeaxantina, compõem a pele, o colo do útero, o cérebro, a mama e o sangue. A luteína não é produzida pelo nosso organismo e tem que ser ingerida através dos alimentos ou na forma de suplementos.

**Mirtilo:** Os mirtilos (*Vaccinium myrtillus* L.), também conhecidos entre nós por arandos ou uva-do-monte, são um arbusto mais popular no norte da Europa do que no sul. Os seus frutos são muito ricos em taninos, ácidos orgânicos, glucósidos, pectinas, carotenos, flavonoides, antocianinas, vitaminas B e C, provitamina A e ácidos vegetais e sais minerais, sobretudo ferro, manganésio e crômio. Devido aos pigmentos antociânicos, que são antioxidantes e que existem nos frutos, exercendo no organismo uma ação anti-inflamatória e anti-hemorragica. Além disso, também aumentam a resistência capilar e diminuem a sua permeabilidade e ajudam ainda a regenerar o pigmento roxo dos olhos necessários para a visão noturna, tendo sido muito utilizados pelos pilotos ingleses durante a segunda guerra mundial. Estudos recentes provam que as bagas de mirtilo podem melhorar vários problemas de visão, incluindo miopia e degeneração da mácula devido à idade ou a diabetes. Combate ainda insuficiências venosas como varizes e hemorroidas e diarreia, quando o fruto é ingerido seco.

**Ácido Ascórbico:** Ou vitamina C como também é conhecida, participa em diversas reações bioquímicas nas células principalmente cedendo grupos hidroxilos para outras moléculas, em especial para o colágeno, que está presente em diversos tecidos no organismo. Além disso também é uma boa molécula antioxidante, uma vez que tem facilidade de neutralizar as espécies reativas de oxigênio geradas nas células. Ela também é um importante co-fator para diversas reações enzimáticas, como as responsáveis por síntese de catecolaminas, aminoácidos, colesterolis e algumas hormonas. Também é importante na hidroxilação de certos fatores de transcrição que estão ligados a vias de transporte de ferro, glicólise, angiogênese e de sobrevivência celular.

**Astaxantina:** Tem apresentado resultados muito promissores do ponto de vista do anti-aging (anti-envelhecimento). Ela afirma-se como o mais poderoso anti-oxidante que, além de muitos outros benefícios, protege o olho dos efeitos nefastos dos radicais livres, melhora e protege a pele quer na sua textura quer eliminando rugas e marcas indesejadas e podendo mesmo curar certos problemas de pele, reduzindo substancialmente o risco de cancro de pele. Ela promove, ainda, uma aparência em geral mais jovem. Pode reduzir os efeitos nefastos dos UVs no ADN e ainda funcionar como poderoso anti-inflamatório natural e protetor do sistema cardiovascular com extraordinário interesse para atletas.

**Zinco:** O zinco é um mineral importante para a manutenção da saúde porque ele participa em mais de 300 reações químicas do corpo. As principais fontes de zinco são os alimentos de origem animal como ostra e camarão ou as carnes de vaca, frango, peixe e fígado. O trigo, grãos integrais, castanhas, cereais, legumes e tubérculos também são ricos em zinco, mas as frutas e hortaliças em geral, apesar de terem zinco, não são as melhores fontes porque não permitem uma boa absorção deste mineral. Os principais benefícios do Zinco para a saúde são: estimula o crescimento infantil; contribui para um cabelo macio e brilhante, combatendo a queda; ajuda na absorção da vitamina A; estimula a função da tiroide; protege o sistema nervoso e o corpo das infecções porque fomenta o sistema imunológico; previne a Diabetes <sup>Type</sup> 2; contribui para a perda de peso porque melhora a ação da insulina; tem ação antioxidante, protegendo o organismo e melhorando o desempenho durante exercícios físicos intensos.

## Product: Healthy Eyes

### Informação sobre constituintes

---

**Zeaxantina:** A zeaxantina é um pigmento denominado caroteno, com ação antioxidante na qual tem função de combater os radicais livres. Este caroteno está presente naturalmente no organismo, principalmente nos olhos. Por não conseguir ser produzido, é necessário que se tenha o consumo regular de alimentos fontes desse componente. A zeaxantina é um carotenoide encontrado junto com a luteína e tem função muito importante para a visão. É responsável pela preservação da mácula ocular, pela visão central, foco da leitura, pela condução da visão (estrutura anatômica encontrada no centro da retina e de cor amarelada devido a esse pigmento) e na prevenção de problemas na visão, como cataratas e degeneração macular.

**Vitamina E:** A vitamina E é uma vitamina essencial para o funcionamento do organismo, pois apresenta uma potente ação antioxidante, propriedades anti-inflamatórias, além de contribuir para a manutenção do colesterol mau e melhorar a fertilidade, pois tem papel importante na produção de hormonas. Esta vitamina é encontrada na alimentação, e suas principais fontes são alimentos de origem vegetal, como cereais integrais, semente de girassol, amêndoas, avelã, amendoim, abacate ou azeite. Mas em alguns casos, a vitamina E também deve ser consumida na forma de suplemento para complementar a alimentação.

## Product: Healthy Eyes

### Bibliography

---

- Wolfgang Schalch, William Cohn, Felix M. Barker, Wolfgang Köpcke, John Mellerio, Alan C. Bird, Anthony G. Robson, Fred F. Fitzke, Frederik J. G. M. van Kuijk - Xanthophyll accumulation in the human retina during supplementation with lutein or zeaxanthin – the LUXEA (Lutein Xanthophyll Eye Accumulation) study. Archives of Biochemistry and Biophysics, Volume 458, Issue 2, 15 February 2007, Pages 128-135
- Yang-Mu Huang, Hong-Liang Dou, Fei-Fei Huang, Xian-Rong Xu, Zhi-Yong Zou, Xin-Rong Lu, Xiao-Ming Lin - Changes following supplementation with lutein and zeaxanthin in retinal function in eyes with early age-related macular degeneration: a randomised, double-blind, placebo-controlled trial. British Journal of Ophthalmology, September 2014, <http://dx.doi.org/10.1136/bjophthalmol-2014-305503>
- Nicholas A. Phelps Brown, Anthony J. Bron, John J. Harding, Helen M. Dewar - Nutrition supplements and the eye. Eye volume 12, pages 127-133 (1998)
- KJ Blades, S Patel & KE Aidoo - Oral antioxidant therapy for marginal dry eye. European Journal of Clinical Nutrition volume 55, pages 589-597 (2001)
- John J McNeil PhD, John J McNeil PhD, John J McNeil, Luba Robman, MD, PhD, Gabriella Tikellis, PhD, Martha I Sinclair, PhD, Catherine A McCarty, MPH, PhD, Hugh R Taylor, AC, MD - Vitamin E supplementation and cataract, Randomized controlled trial. American Academy of Ophthalmology, January 2004, Volume 111, Issue 1, Pages 75-84
- B. Olmedilla, F. Granado, I. Blanco, M. Vaquero, C. Cajigal - Lutein in patients with cataracts and age-related macular degeneration: a long-term supplementation study. Journal of the Science of Food and Agriculture, Nutritional Enhancement of Plant Foods (NEODIET), Volume 81, Issue 9, July 2001, Pages 904-909
- Ronald P. Hobbs, MD and Paul S. Bernstein, MD, PhD - Nutrient Supplementation for Age-related Macular Degeneration, Cataract, and Dry Eye. Journal of Ophthalmic and Vision Research. 2014 Oct-Dec; 9(4): 487-493.
- Michael Rhone, Arpita Basu - Phytochemicals and age-related eye diseases. Nutrition Reviews, Volume 66, Issue 8, August 2008, Pages 465-472