



FICHE TECHNIQUE THÉRAPEUTE

QOméga3^{PREMIUM}

Huile de poisson EPAX® 4030 TG-XO® Ultra
400 mg EPA + 300 mg DHA | TOTOX = 3

Cerveau¹

Vision¹

Cœur²

Grossesse

ALLÉGATIONS EFSA AUTORISÉES (RÈGLEMENT UE N°432/2012)

Toutes les allégations utilisées dans ce document sont issues de la liste positive EFSA. Aucune allégation thérapeutique ou médicale n'est revendiquée.

COMPOSITION ET ANALYSE NUTRITIONNELLE (1 CAPSULE PAR JOUR)

Composant	Par capsule	Dose journalière (1 caps.)
Huile de poisson EPAX®	1000 mg	1000 mg
dont Oméga-3 totaux	780 mg	780 mg
- EPA (acide eicosapentaénoïque)	400 mg	400 mg
- DHA (acide docosahexaénoïque)	300 mg	300 mg

Ingrédients : huile de poissons riche en oméga-3 EPAX®, tunique : gélatine de poisson, humectant : glycérine, antioxydants : mélange de tocophérols et extrait de romarin. EPAX® est une marque déposée de EPAX NORWAY AS.

Caractéristiques technologiques de la matière première :

- **Forme chimique :** triglycérides naturels (TG) - biodisponibilité supérieure aux formes éthyl-ester.
- **TOTOX = 3 :** exceptionnellement bas (norme internationale < 26). Gage de fraîcheur, stabilité et tolérance digestive.
- **Purification avancée EPAX® :** élimination des métaux lourds, contaminants organiques et polluants.
- **Stabilité oxydative :** garantie par les antioxydants incorporés (tocophérols + extrait de romarin).
- **Contenant :** pilulier PEHD végétal blanc biosourcé + couvercle clipsable.

MÉCANISMES D'ACTION PHYSIOLOGIQUES

L'EPA (acide eicosapentaénoïque) et le DHA (acide docosahexaénoïque) sont des acides gras polyinsaturés à longue chaîne de la famille oméga-3. Leurs mécanismes d'action reposent sur :

- Intégration dans les phospholipides membranaires, modulant la fluidité, la perméabilité et les propriétés de signalisation cellulaire.
- Précurseurs de médiateurs lipidiques (résolvines, protectines, maresines) impliqués dans la résolution physiologique des processus inflammatoires.

- **DHA** : constituant structural majeur des membranes cérébrales (cortex, hippocampe) et de la rétine.
- **EPA** : contribue à l'équilibre des fonctions cardiovasculaires via la modulation de la fluidité sanguine et la régulation des triglycérides plasmatiques.
- **Forme TG naturelle** : biodisponibilité supérieure aux formes éthyl-ester, notamment lors d'une prise au cours du repas.

BÉNÉFICES - ALLÉGATIONS EFSA AUTORISÉES

Fonctions cérébrales et vision (DHA)¹

« Le DHA contribue au maintien d'une fonction cérébrale normale et d'une vision normale. »

Seuil d'effet : 250 mg DHA/jour. Apport QOmega3^{PREMIUM} : 300 mg DHA/capsule → seuil atteint dès 1 capsule/jour.

Fonction cardiaque (DHA + EPA)²

« Le DHA et l'EPA contribuent au fonctionnement normal du cœur. »

Seuil d'effet : 250 mg DHA + EPA/jour. Apport QOmega3^{PREMIUM} : 700 mg DHA + EPA/capsule → seuil largement atteint dès 1 capsule/jour.

Grossesse et allaitement (DHA)

« La consommation journalière de 200 mg de DHA par la mère, en plus de l'apport quotidien recommandé (250 mg DHA/EPA), contribue au développement normal du cerveau et des yeux du fœtus et de l'enfant allaité. »

Apport QOmega3^{PREMIUM} : 300 mg DHA/capsule → couvre le seuil spécifique grossesse/allaitement.

Arguments qualité complémentaires (communication professionnelle)

- **TOTOX = 3** : exceptionnellement bas - fraîcheur, stabilité et excellente tolérance digestive.
- Sans arrière-goût de poisson.
- Sans métaux lourds ni contaminants (purification EPAX[®]).
- Forme triglycéride naturelle : meilleure assimilation vs formes éthyl-ester.
- Convient aux cures prolongées ou en continu.

INDICATIONS

Indication	Posologie & durée	Objectif & base réglementaire
Soutien cognitif - mémoire, concentration, clarté mentale	1 capsule/j - cure 3 mois, renouvelable	Maintien de la fonction cérébrale normale (DHA 300 mg) Allégation EFSA
Santé visuelle - rétine, acuité, sécheresse oculaire	1 capsule/j - cure 3 mois	Maintien d'une vision normale (DHA 300 mg) Allégation EFSA
Soutien cardiovasculaire - triglycérides, fluidité sanguine	1 capsule/j - cure 2 à 3 mois	Fonctionnement normal du cœur (DHA + EPA 700 mg) Allégation EFSA
Grossesse & allaitement - développement cérébral fœtal	1 capsule/j (à valider avec médecin)	Développement cerveau et yeux du fœtus/nourrisson (DHA) Allégation EFSA
Inflammation de bas grade, terrain métabolique	1 capsule/j - continu ou cures 3 mois	Précurseurs résolvines/protectines modulation résolution inflammatoire Données scientifiques
Seniors - déclin cognitif, fragilité cardiovasculaire	1 capsule/j en continu	Maintien des fonctions cérébrales et cardiaques Allégation EFSA
Cure saisonnière terrain général	1 capsule/j - 2 mois printemps/automne	Association possible avec QFlore ^{MAX} ou QDraine Usage clinique

POSOLOGIE

- **Dose journalière** : 1 capsule par jour.
- **Moment de prise** : De préférence au cours du repas du soir (optimise la biodisponibilité TG).
- **Durée recommandée** : 2 à 3 mois, renouvelable - peut être pris en continu.
- **Population cible** : Adultes, femmes enceintes et allaitantes (sur avis médical).
- **Enfants < 6 ans** : Déconseillé.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

Ces informations doivent être transmises au patient lors de toute recommandation.

- Allergie au poisson : contre-indiqué (enveloppe en gélatine de poisson).
- Traitement anticoagulant (AVK, AOD, aspirine) : les oméga-3 à forte dose peuvent potentialiser l'effet anticoagulant - consulter le médecin.
- Chirurgie programmée : envisager l'arrêt 2 semaines avant - à évaluer avec le médecin traitant.
- Femmes enceintes et allaitantes : utilisation possible, de préférence sous avis médical.
- Enfants de moins de 6 ans : déconseillé.
- Ne pas dépasser la dose journalière recommandée. Tenir hors de la portée des enfants.

POINTS CLÉS

- **EPAX® 4030 TG-XO® Ultra** : huile de poisson ultra-concentrée, référence mondiale de qualité.
- **TOTOX = 3** : le plus bas du marché - fraîcheur garantie, tolérance digestive optimale, sans arrière-goût.
- **400 mg EPA + 300 mg DHA en 1 capsule** : seuils EFSA atteints dès la première prise quotidienne.
- **Forme triglycéride naturelle** : biodisponibilité supérieure aux formes éthyl-ester - absorber avec le repas.
- **Triple allégation EFSA** : cerveau, vision, cœur - et spécifique grossesse/allaitement.
- **Purification totale** : sans métaux lourds, sans contaminants - certifiés lot par lot.
- **Évolution de QuantaOmega3 FORT** : même exigence, formulation optimisée et traçabilité renforcée.

ASSOCIATIONS

Association	Indication	Rationalité
QOméga3 ^{PREMIUM} + QFlore ^{MAX}	Inflammation de bas grade, terrain métabolique, syndrome métabolique	Synergie anti-inflammatoire : EPA/DHA + axe intestin-cerveau
QOméga3 ^{PREMIUM} + QDraine	Cure saisonnière, dyslipidémie légère, surpoids	Drainage hépatique + régulation lipidique
QOméga3 ^{PREMIUM} + QPunch	Fatigue chronique, baisse de tonus physique et mental	Énergie cellulaire + neuroprotection DHA
QOméga3 ^{PREMIUM} + QCalm	Stress chronique, anxiété, composante neuro-digestive	Axe neuro-inflammatoire : DHA + adaptation au stress

CONSERVATION

- Conserver dans un endroit sec, à l'abri de la lumière et de la chaleur.
- DLUO : 36 mois.
- Pilulier PEHD végétal blanc biosourcé + couvercle clipsable EP43 PE végétal.

Bibliographie

¹ Règlement (UE) n°432/2012 — Allégation DHA : fonctions cérébrales et vision normale — seuil 250 mg DHA/j.

² Règlement (UE) n°432/2012 — Allégation DHA + EPA : fonctionnement normal du cœur — seuil 250 mg DHA+EPA/j.

³ Règlement (UE) n°432/2012 — Allégation DHA grossesse : développement normal cerveau et yeux du fœtus — seuil 200 mg DHA supplémentaires/j. EFSA, 2010. Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to EPA and DHA. EFSA Journal 8(10):1796.

Contrat de licence EPAX® TLA signé le 16/09/2025 — EPAX Norway AS.