

Ajankohtaista koululaisen ravitsemuksesta

Rasvahapot oppimista tukemaan
Koululaisen tärkein ravintolisä?

Harvassa perheessä syödään rasvaista kalaa suositusten mukaan, kolmesti viikossa. Etenkin kasvuiässä pitäisi rasvahappoja saada oikeassa suhteessa (EPA ja DHA 4:1) hyvän kasvun ja kehityksen turvaamiseksi. Siksi järkevästi valittu rasvahappolisä tukee koko perheen hyvinvointia.

Vuoden 2007 terveystuotteeksi valittu eye q™ on osallistunut useisiin akateemisiin tutkimuksiin. 5000 brittikoululaista osallistui viime vuoden lopulla eye q -tutkimukseen koulutoimensa aloitteesta tri Madeleine Portwoodin johdolla. Hän osoitti Durhamin ja Middlesborough'n alueilla tehdyissä tutkimuksissaan, että valmistetta nauttineiden, myös ei-lukihäiriöisten lasten oppimistuloksissa tapahtui huomattavaa myönteistä kehitystä. Myös Suomessa rasvahappovalmisteen vaikutusta oppimiseen on kokeiltu hyvin tuloksin.

Eye q™ on uudenlainen omega-3- ja omega-6-rasvahappovalmiste, jonka sisältämät rasvahapot (EPA, DHA ja GLA) tukevat aivojen oikeaa rasvahappotasapainoa. Eye q™:n patentoitu kala- ja jättihelokkiöljyseos, kirunaaliöljy, sisältää EPA- ja DHA-rasvahappoja ainutlaatuisessa 4:1 -suhteessa. Tuotteeseen on lisätty myös gammalinoleenihappoa (GLA), joka on peräisin jättihelokin siemenöljystä. Valmistetta myydään vaniljanmakuisena nesteinä sekä nieltävinä kapsleina. Kuluvan vuoden tammikuussa tuoteperhe laajeni ksylitolilla makeutetuilla, mansikanmakuisilla pureskeltavilla eye q™ chews -kapsleilla.

Suomessakin myönteisiä oppimistuloksia

Myös Suomessa on kokeiltu rasvahappovalmisteen vaikutusta oppimiseen. Kaarinan ala-asteen pienluokassa kokeiltiin keväällä 2006 ravintolisänä annettavan rasvahappovalmisteen (eye q™) vaikutusta oppimistuloksiin. Kokeiluun otettiin mallia Englannissa Middlesborough'n alueella toteutetusta pilottitutkimuksesta, johon vuonna 2005 osallistui 270 englantilaista koululaista. Englantilaisen tutkimuksen johtaja tri Madeleine Portwood raportoi merkittävistä parannuksista omega-3- ja omega-6-rasvahappoja saaneiden lasten oppimiskyvyssä. "Kaarinan kokeilussa usean pojan oppimistulokset paranivat", kertoo erityisluokanopettaja Jyrki Pitkänen.

Lisätietoa tutkimuksista:

Englannissa:

Madeleine Portwood (Durham County Council, Oxford, Englanti) puh. +44 780 329 6358, sähköposti madeleine.portwood@durham.gov.uk

Suomessa:

Kaarinan koulu

Erityisluokanopettaja Jyrki Pitkänen

puh. 050-373 2868
jyrki.pitkanen@kaarina.fi

lisätietoja eye q –valmistuksesta:

Sami Larste
Harmonia Life Oy
puh. 09-696 2010, GSM 050-511 4057
sami.larste@harmonia.fi