

Ortholife

Orthomolecular product

WYDANIE SPECJALNE · COLLAGEN STICK

WYDANIE SPECJALNE · COLLAGEN STICK

14 000 MG · 30 PORCJI · 3 SMAKI

ORTHOLIFE.PL · EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

TEMAT WYDANIA

Kolagen, który mieści się w kieszeni

14 000 mg hydrolizatu kolagenu wołowego i witamina C w jednej saszetce.
Bez odmierzania, bez wagi, bez cukru – po prostu woda i chwila.

OD REDAKCJI · ZESPÓŁ ORTHOLIFE

Najczęstszy powód, dla którego suplementacja kolagenu się nie udaje, nie ma nic wspólnego ze składem. Ma związek z miarką. Słoik stoi w kuchni, miarka gdzieś się zawieruszyła, w podróży zostaje w domu – i po trzech tygodniach kuracja cicho się kończy.

Ortholife Collagen Stick powstał właśnie z tej obserwacji. Ta sama, wysoka porcja kolagenu, ale zamknięta w jednorazowej saszetce, którą wrzuca się do torebki albo plecaka. Jeden stick to jedna porcja dzienna.

W środku znajdziesz 14 000 mg hydrolizatu kolagenu wołowego oraz witaminę C. To połączenie nie jest przypadkowe: **witamina C przyczynia się do prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania skóry, kości i chrząstek.***

W tym wydaniu tłumaczymy, czym jest kolagen i dlaczego z wiekiem go ubywa, pokazujemy sześć sposobów na wpisanie sticka w rytm dnia oraz rozprawiamy się z popularnymi mitami.

PRODUKT W LICZBACH

Hydrolizat kolagenu	14 000 mg
Witamina C	30 mg
Białko w porcji	13 g
Kaloryczność porcji	53 kcal
Cukry	0,01 g
Tłuszcz	0 g
Opakowanie	30 × 15 g

Dlaczego hydrolizat?

Kolagen w formie hydrolizatu jest rozłożony na mniejsze peptydy, dzięki czemu organizm wykorzystuje go sprawniej niż kolagen natywny. [S. 2](#)

Sześć pomysłów na co dzień

Od porannej szklanki wody po wieczorny rytuał i letni napój z miętą – jak wpisać stick w rytm dnia. [S. 3](#)

*Oświadczenie zdrowotne zgodne z Rozporządzeniem (UE) nr 432/2012. Suplement diety. Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji. Produkt niezalecany dla dzieci i kobiet w ciąży. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety i zdrowego trybu życia.

TRZY SMAKI · TEN SAM SKŁAD, INNY CHARAKTER



Dzika róża

Klasyczny profil kwiatowo-owocowy. Naturalny i rozpoznawalny – najczęściej wybierany przez osoby zaczynające z kolagenem.



Lawenda

Delikatny, kojący smak kwiatowy. Nowoczesna alternatywa dla klasyki – sprawdza się w wieczornym rytuale.



Yuzu

Orzeźwiający, lekko kwaśny japoński cytrus. Wyrazisty i energetyzujący – dla miłośników świeżych smaków.

Wszystkie warianty mają identyczny skład i wartość odżywczą – różni je wyłącznie profil smakowy.

CZTERY POWODY, DLA KTÓRYCH FORMA STICKA MA ZNACZENIE

Jedna saszetka = jedna porcja

Bez odmierzania i bez wagi – porcja jest zawsze taka sama, w kuchni i w biurze.

Mieści się wszędzie

Torebka, plecak, kosmetyczka. Kuracja przestaje zależeć od tego, czy jesteś w domu.

Higieniczna i szczelna

Zamknięta do momentu użycia – bez zawilgocenia proszku i otwartego słoika na blacie.

Gotowa w minutę

Wystarczy 150 ml wody i chwila mieszania – bez shakera i blendera.

SKLEP ortholife.pl · TELEFON +48 22 825 00 01 · E-MAIL sklep@ortholife.pl

WIEDZA

Rusztowanie, na którym trzyma się całe ciało

Kolagen to najobficiej występujące białko w organizmie człowieka – stanowi około jednej trzeciej całego białka, które w sobie nosimy. Można o nim myśleć jak o rusztowaniu: sieci włókien, która nadaje strukturę skórze właściwej, ścięgnom, chrząstce, kościom i ścianom naczyń krwionośnych.

To rusztowanie nie jest statyczne. Organizm nieustannie je rozkłada i buduje od nowa, a tempo tej odnowy zmienia się z wiekiem. Po trzydziestce produkcja własnego kolagenu stopniowo spada – i to właśnie przekłada się na utratę jędrności skóry.

Na tempo spadku wpływa też sporo czynników zewnętrznych: promieniowanie UV, palenie, przewlekły stres i uboga w białko dieta. Fotostarzenie odpowiada za znaczną część zmarszczek, o czym łatwo zapomnieć, szukając rozwiązania wyłącznie w suplementach.

Kolagen to około jednej trzeciej całego białka w naszym ciele. Po trzydziestce jego produkcja stopniowo spada – i właśnie dlatego warto zadbać o budulec.

GDZIE W ORGANIZMIE PRACUJE KOLAGEN

OBSZAR	ROLA STRUKTURALNA
Skóra właściwa	Tworzy sieć włókien odpowiadającą za jędrność, sprężystość i gładkość skóry.
Chrząstka stawowa	Jest głównym białkiem macierzy chrząstki, która amortyzuje powierzchnie stawowe.
Kości	Stanowi organiczne rusztowanie, na którym odkłada się mineralna część kości.
Ścięgna i więzadła	Odpowiada za wytrzymałość na rozciąganie – to dzięki niemu ścięgno przenosi siłę mięśnia.
Naczynia krwionośne	Buduje ściany naczyń, nadając im elastyczność i odporność na ciśnienie.

Treść ma charakter edukacyjny, nie stanowi porady medycznej i nie odnosi się do leczenia chorób.

SKŁAD · KRÓTKA LISTA, BEZ WYPEŁNIACZY

Hydrolizat kolagenu wołowego, koncentrat soku z buraka (barwnik), witamina C (kwas L-askorbinowy), aromat, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, substancja słodząca: sukraloza.

Barwa proszku pochodzi z naturalnego koncentratu soku z buraka, a nie z syntetycznych barwników. Produkt nie zawiera cukru – jedna porcja to 0,01 g cukrów, dzięki czemu sprawdza się także w diecie z jego ograniczeniem.

HYDROLIZAT KONTRA KOLAGEN NATYWNY

Kolagen natywny to duża, potrójnie skręcona cząsteczka – trudna do rozłożenia i przyswojenia. W procesie hydrolizy rozkłada się ją na krótsze peptydy o znacznie mniejszej masie.

Praktyczna różnica jest prosta: hydrolizat rozpuszcza się w wodzie bez grudek, nie ma wyraźnego zapachu i organizm wykorzystuje go sprawniej niż formę natywną. Dlatego właśnie w Collagen Stick znajduje się hydrolizat, a nie kolagen w postaci nieprzetworzonej.

Warto przy tym pamiętać o czymś, o czym producenci mówią rzadko: wypity kolagen nie trafia „prosto w zmarszczkę”. Organizm rozkłada go na aminokwasy i buduje z nich to, czego akurat potrzebuje.

PARTNER NUMER JEDEN

Witamina C

Bez witaminy C organizm nie zbuduje prawidłowego kolagenu – jest ona niezbędna dla enzymów biorących udział w jego powstawaniu. To jedyne w tej formule oświadczenie o potwierdzonym statusie i właśnie dlatego znalazła się w każdej saszetce.

Oficjalne brzmienie

„Witamina C przyczynia się do prawidłowej produkcji kolagenu w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania skóry, kości, chrząstki, dziąseł, zębów i naczyń krwionośnych.”

Rozporządzenie (UE) nr 432/2012

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

SKŁADNIK	15 G	100 G
Energia	53 kcal	353 kcal
Tłuszcz	0 g	0 g
Węglowodany	0,3 g	2 g
– w tym cukry	0,01 g	0,07 g
Białko	13 g	–
Sól	< 1 g	< 1 g
Witamina C	30 mg 38% RWS	200 mg
Hydrolizat kolagenu	14 000 mg	93,3 g

RWS – Referencyjne Wartości Spożycia, Rozp. (UE) nr 1169/2011.

Filozofia ortomolekularna

Collagen Stick powstał w duchu medycyny ortomolekularnej – podejścia, które stawia na naturalne dla organizmu składniki w przemyślanych dawkach. Nie chodzi o to, by dodać jak najwięcej substancji, lecz by te obecne miały fizjologiczny sens i realnie ze sobą współpracowały.

PRAKTYKA

Sześć sposobów na jedną saszetkę

Podstawowe zastosowanie jest proste: 15 g rozpuszczone w 150 ml wody, raz dziennie. Ale stick daje się wpisać w rytm dnia na kilka sposobów – oto te, które sprawdzają się najlepiej.

01

Do porannej szklanki wody

RANO · 1 MINUTA

Najprostszy i najskuteczniejszy nawyk: stick wypity zaraz po wstaniu, razem ze szklanką wody, którą i tak wypijasz. Nie wymaga planowania, a przy okazji rozwiązuje problem porannego nawodnienia. Sprawdza się każdy smak, ale dzika róża i yuzu najlepiej budzą.

04

Do jogurtu lub owsianki

ŚNIADANIE · 3 MINUTY

Wsymp zawartość saszetki do jogurtu naturalnego z owocami albo do ostudzonej owsianki i wymieszaj. Dzika róża świetnie łączy się z truskawkami i borówkami. Dodaj garść świeżych owoców – dostarczą dodatkowej porcji witaminy C.

02

W pracy, zamiast trzeciej kawy

POPOŁUDNIE · 1 MINUTA

Stick w szufladzie biurka to porcja, o której nie trzeba pamiętać w domu. Popołudniowy spadek energii często bywa zwykłym odwodnieniem – szklanka wody ze stickiem yuzu jest lepszym pomysłem niż kolejna kawa po godzinie piętnastej, która potrafi popsuć wieczorne wyciszenie.

05

Do smoothie po treningu

PO WYSIĘKU · 5 MINUT

Zmiksuj banana, garść szpinaku, pół awokado i szklankę wody kokosowej, a na koniec dodaj stick. Otrzymasz napój z 13 g białka w porcji samego kolagenu. Yuzu daje tu najbardziej orzeźwiający efekt.

03

Jako wieczorny rytuał

WIECZÓR · 2 MINUTY

Lawenda została pomyślana właśnie z myślą o tej porze. Rozpuszczona w letniej wodzie, wypita przy przygaszonym świetle i odłożonym telefonie, staje się częścią rutyny, która sygnalizuje ciało: zwalniamy. Wieczorem to pora, gdy skóra regeneruje się najintensywniej.

06

Jako letni napój z lodem

UPAŁY · 5 MINUT

Yuzu rozpuszczone w 200 ml zimnej wody, z listkami mięty, plasterem limonki i kostkami lodu. Lekka, orzeźwiająca alternatywa dla słodzonych napojów – bez cukru i z jedynie 53 kcal.

CZTERY ZASADY, KTÓRE ROBIĄ RÓŻNICĘ

Regularność ponad dawkę

Organizm wykorzysta tyle aminokwasów, ile akurat potrzebuje. Codzienna porcja przez kilka miesięcy da więcej niż podwójna dawka przez dwa tygodnie.

Nie zalewaj wrzątkiem

Do rozpuszczenia wystarczy woda o temperaturze pokojowej lub letnia. Wrzątek nie jest potrzebny, a przy okazji psuje smak.

Przypnij do istniejącego nawyku

Najtrwalsze rutyny powstają wtedy, gdy doklejamy je do czegoś, co już robimy: mycia zębów, porannej kawy, wieczornego demakijażu.

Oceniaj po miesiącach

Naskórek odnawia się mniej więcej co cztery tygodnie, a włos rośnie około centymetra na miesiąc. Efekty ocenia się w miesiącach, nie w dniach.

KTÓRY SMAK DLA CIEBIE

Dzika róża

Zaczynasz przygodę z kolagenem i chcesz smaku, który na pewno się spodoba.

Lawenda

Pijesz wieczorem i szukasz czegoś delikatnego, co wpisze się w rytuał wyciszenia.

Yuzu

Lubisz wyraziste, cytrusowe smaki i pijesz stick rano albo po treningu.

Skład wszystkich trzech wariantów jest identyczny – możesz je zmieniać dla urozmaicenia.

CO JESZCZE WSPIERA SKÓRĘ – POZA SASZETKĄ

Filtr przeciwsłoneczny

Promieniowanie UVA dociera do skóry przez cały rok, także przez chmury i szyby. Krem z filtrem robi dla wyglądu skóry więcej niż jeden preparat.

Białko w każdym posiłku

Kolagen powstaje z aminokwasów. Jajka, ryby, strączki i nabiał to codzienny budulec – suplement jest uzupełnieniem, nie zamiennikiem diety.

Warzywa bogate w witaminę C

Papryka, natka pietruszki, owoce jagodowe i cytrusy. Im więcej kolorów na talerzu, tym szerszy zestaw antyoksydantów.

Sen i nawodnienie

Podczas snu procesy regeneracyjne nasilają się najbardziej. To najtańszy kosmetyk, jaki masz do dyspozycji – i najczęściej pomijany.

UCZCIWIE O KOLAGENIE

Sześć zdań, które słyszymy najczęściej

Wokół kolagenu narosło sporo obietnic. Oddzielamy to, co potwierdzone, od tego, co jest wyłącznie językiem reklamy — również wtedy, gdy działa to na naszą niekorzyść.

MIT

„Kolagen wypity trafia prosto w zmarszczkę”

Organizm rozkłada wypity kolagen na aminokwasy i peptydy, a potem buduje z nich to, czego akurat potrzebuje. Nie da się skierować go do konkretnego miejsca na twarzy.

MIT

„Im większa dawka, tym lepszy efekt”

Liczy się regularność i cała dieta bogata w białko, a nie jednorazowa megadawka. Dlatego jedna saszetka dziennie w zupełności wystarcza.

MIT

„Efekty zobaczę po tygodniu”

Naskórek odnawia się mniej więcej co cztery tygodnie. Suplementację ocenia się po kilku miesiącach regularnego stosowania, nie po kilku dniach.

FAKT

Bez witaminy C nie ma kolagenu

To potwierdza EFSA: witamina C przyczynia się do prawidłowej produkcji kolagenu. Dlatego łączymy je w jednej saszetce, zamiast sprzedawać osobno.

FAKT

Hydrolizat przyswaja się sprawniej

Rozłożenie cząsteczki na krótsze peptydy sprawia, że organizm wykorzystuje ją lepiej niż kolagen natywny — i że proszek rozpuszcza się bez grudek.

FAKT

Sam hydrolizat nie ma oświadczeń EFSA

Mówimy o tym wprost: dla hydrolizatu kolagenu nie ma autoryzowanych oświadczeń zdrowotnych. Konkretnie korzyści przypisujemy witaminie C — i tylko jej.

Treść ma charakter edukacyjny, nie stanowi porady medycznej i nie odnosi się do leczenia chorób.

05 · PYTANIA I ODPOWIEDZI

O co pytacie najczęściej

Jak przygotować porcję?

Zawartość jednego sticka (15 g) rozpuść w 150 ml wody, dobrze wymieszaj i wypij. Stosuj jedną porcję dziennie.

O jakiej porze dnia najlepiej?

Pora nie jest kluczowa — najważniejsza jest regularność. Wybierz moment, o którym najłatwiej Ci pamiętać.

Czy można łączyć z innymi produktami?

W większości przypadków tak, ale przy kilku preparatach jednocześnie warto zsumować dawki i skonsultować się ze specjalistą.

Czy produkt zawiera cukier?

Nie. Jedna porcja zawiera 0,01 g cukrów, a słodycz pochodzi z sukalozy. Barwa proszku to naturalny koncentrat soku z buraka.

Czym różnią się smaki?

Wyłącznie profilem smakowym. Skład i wartość odżywcza wszystkich trzech wariantów są identyczne.

Ile wystarcza opakowanie?

Trzydzieści porcji po 15 g, łącznie 450 g — przy jednej saszetce dziennie starczy dokładnie na miesiąc.

Dla kogo produkt nie jest przeznaczony?

Produkt niezalecany dla dzieci i kobiet w ciąży. Przy stałej farmakoterapii lub chorobach przewlekłych suplementację warto omówić ze specjalistą.

Gdzie kupić?

W sklepie internetowym ortholife.pl oraz u naszych Partnerów — aptek i sklepów ze zdrową żywnością współpracujących z marką.

Czy stick nadaje się w podróż?

Tak — to jego główna zaleta. Saszetka jest szczelna, higieniczna i mieści się w torebce, plecaku czy kieszeni.

ZAMÓW I ZAPYTAJ

Ortholife Collagen Stick 14 000 mg

Trzydzieści porcji po 15 g w wygodnych saszetkach. Do wyboru trzy smaki: dzika róża, lawenda i yuzu. Produkt dostępny w sklepie internetowym oraz u Partnerów handlowych marki. Zapraszamy również apteki i sklepy ze zdrową żywnością do współpracy — szczegóły oferty B2B pod adresem kontaktowym.

Wydawca: Ortholife · Noblepharma sp. z o.o., ul. Świerkowa 12, 05-850 Piotrówek Duży · **Redakcja:** Zespół Ortholife · **Konsultacja naukowa:** Gerard Krawczyk, specjalista medycyny żywieniowej i lifestyle medicine, Harvard Medical School — Executive Education.

Materiał ma charakter informacyjno-marketingowy. Oświadczenie zdrowotne dotyczące witaminy C zgodne z Rozporządzeniem (UE) nr 432/2012. Hydrolizat kolagenu nie posiada autoryzowanych oświadczeń zdrowotnych EFSA i opisywany jest bez twierdzeń leczniczych. Suplement diety. Nie należy przekraczać zalecanej dziennej porcji. Produkt niezalecany dla dzieci i kobiet w ciąży. Suplement diety nie może być stosowany jako substytut zróżnicowanej diety — zaleca się zrównoważony sposób żywienia i zdrowy tryb życia.

KONTAKT

Sklep

ortholife.pl

Telefon

+48 22 825 00 01

E-mail

sklep@ortholife.pl

Adres

ul. Świerkowa 12
05-850 Piotrówek Duży

Jedna saszetka. Sto pięćdziesiąt mililitrów wody. Minuta dziennie.

Reszta to już tylko kwestia regularności.