

Памятка: Здоровье детей и подростков: нутритивная поддержка когнитивных функций и иммунитета

Запрос	Продукт	Скрипт	Обоснование
	 Подробнее	Для улучшения работы мозга рекомендую Рыбки Эвалар Омега-3 — мармеладные витамины с ДГК из микроводорослей, без привкуса рыбы. Содержат холин и витамины для памяти и внимания.	ДГК входит в состав мембран нейронов; концентрация в растущем мозге увеличивается в 30 раз [1]. Холин участвует в образовании миелиновой оболочки [1].
	 Подробнее	Магний необходим для работы нервной системы, его дефицит может проявляться раздражительностью и нарушением сна[2]. Мишки Эвалар Магний — первый** детский мармеладный магний в органической форме, усиленный витамином B6. Пастилки на основе натурального сока, не оказывают послабляющего действия [3].	Дефицит магния проявляется раздражительностью, нарушением сна [2].
	 Подробнее	Мишки Эвалар Иммунитет — единственные** мармеладные Мишки с бузиной и облепихой. Экстракт листьев облепихи обладает противовирусным действием, бузина — антиоксидантным.	Экстракт листьев облепихи обладает противовирусным и иммуностимулирующим действием; бузина по антиоксидантным свойствам значительно превосходит клюкву, малину и чёрную смородину [4].
	 Подробнее Подробнее	Витамин D3 и Витамин C от Эвалар — 100% суточной нормы в одной пастилке1,2, на натуральных соках, без искусственных красителей.	Витамин D участвует в поддержке иммунной системы; витамин C — в работе иммунитета и антиоксидантной защите. У детей с низкой успеваемостью обнаруживается недостаток витамина C [5].
	 Подробнее	Мишки Эвалар Железо — липосомальное железо с высокой биодоступностью и с хорошей переносимостью [8], на основе пектина. 100% суточной нормы3 в 2 пастилках.	Дефицит железа ведёт к нарушению интеллекта, внимания, памяти [6]; среди детей с ЖДА число часто болеющих в 7 раз выше [7].
	 Подробнее	Мишки Эвалар Мультивитамины — это комплекс из 9 витаминов и минералов для полноценного роста и развития ребёнка. На натуральных соках, без глютена и ГМО. Станет дополнением правильного рациона питания детей и поможет укрепить организм.	Комплекс из 9 витаминов и минералов, включая йод и холин, которые участвуют в поддержке памяти, внимания и интеллекта [9]
	 Подробнее	Нарушения пищеварения у детей могут возникать по разным причинам: стресс, смена режима, погрешности в питании, приём антибиотиков или кишечные инфекции. Для поддержки микрофлоры рекомендую БиФилар Макси: восстанавливает микрофлору с первого дня, не требует хранения в холодильнике.	Синбиотик: 55 млрд живых бактерий, 8 штаммов бифидо- и лактобактерий + пребиотик. Способствует восстановлению микрофлоры кишечника, улучшению пищеварения и укреплению иммунитета.



Биологически активная добавка не является лекарственным средством. Продукты могут быть рекомендованы в рамках комплексной поддерживающей терапии по согласованию с лечащим врачом. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

*По данным АО «Группа ДСМ», по объёму аптечных продаж в стоимостном выражении среди производителей БАД (без учета СТМ), 1 полугодие 2025г.(руб.)

**в ассортименте Эвалар

1 - МР 2.3.1.0253-21. 2.3.1. Гигиена питания. Рациональное питание. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации. Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 22.07.2021)

2 - для детей 3-7 лет

3 - для детей 3-6 лет

Список источников

Martinez M. Developmental profiles of polyunsaturated fatty acids in the brain of normal infants and patients with peroxisomal diseases // Lipids. — 1994. — Vol. 29, No. 4. — P. 251–258.
Коденцова В.М. и др. Данные ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» о дефиците витаминов группы В и магния у детей // Вопросы питания. — 2022. — Т. 91, № 4. — С. 27–29.
Walker A.F., Marakis G., Christie S., Byng M. Mg citrate found more bioavailable than other Mg preparations in a randomised, double-blind study // Magnesium Research. — 2003. — Vol. 16, No. 3. — P. 183–191.
Яшин А.Я. Ягоды. Химический состав, антиоксидантная активность. Влияние потребления ягод на здоровье человека // Аналитика. — 2019. — Т. 9, № 3. — С. 223.
Громов И.А., Намазова Л.С., Торшхоева Р.М. Опыт применения витаминно-минеральных комплексов у детей // Педиатр. фармакол. — 2009. — № 2. — С. 49–52.
Gutema B.T. et al. Effects of iron supplementation on cognitive development in school-age children: Systematic review and meta-analysis // PLoS One. — 2023. — Vol. 18, No. 6. — Art. e0287703. — DOI: 10.1371/journal.pone.0287703.
Saleh O. et al. Hemoglobin level and iron profile as risk factors for lower respiratory tract infections among children // The Egyptian Journal of Haematology. — 2017. — Vol. 42. — P. 14–18.
Sharma A., Bellad R.M., Charantimath U.S. Effectiveness and Safety of Liposomal Ferric Pyrophosphate vs. Ferrous Sulfate for Intermittent Iron Prophylaxis in Children Aged 6–59 months: A Randomized Controlled Trial // Indian Journal of Pediatrics. — 2025. — Vol. 92, No. 4. — P. 423. — DOI: 10.1007/s12098-025-05436-7.
Свидетельство о государственной регистрации № KZ.16.01.95.003.E.000282.04.18 от 25.04.2018 (БАД «Бэби формула ® Мишки мультивитамины»).