



Yvan Bourgault

Diplômé en pharmacie,
homéopathe
et copropriétaire de Naterro

La vitamine C : un joueur vraiment très utile

LA VITAMINE C EST PEUT-ÊTRE LA VITAMINE LA PLUS CONNUE. ELLE JOUE UN RÔLE IMPORTANT DANS UNE FOULE DE FONCTIONS MÉTABOLIQUES COMME LA CROISSANCE ET LA RÉPARATION DES TISSUS, AINSI QUE LA SANTÉ DES GENÈVES ET DES DENTS. ELLE AGIT ÉGALEMENT COMME ANTIOXYDANT ET RENFORCE LE SYSTÈME IMMUNITAIRE. LA FORME D'ASCORBATE DE CALCIUM EST À PRIVILÉGIER POUR PLUSIEURS RAISONS.

L'importance de la vitamine C n'est plus à discuter et, heureusement, il y a des moyens pour rehausser et améliorer le fonctionnement de cet élément nutritif dans l'organisme.

LES BIOFLAVONOÏDES ROUGES : POUR RENDRE LA VITAMINE C ENCORE MEILLEURE !

Lorsque l'organisme utilise la vitamine C comme antioxydant, elle devient inutilisable pour accomplir les autres fonctions biologiques auxquelles elle est destinée : le développement du cartilage, des os et des dents, l'intégrité du système vasculaire, la guérison des plaies, la synthèse de divers neurotransmetteurs et la dégradation du cholestérol, pour n'en nommer que quelques-unes.

Surviennent les bioflavonoïdes rouges, les plus puissants antioxydants connus. Ceux-ci proviennent des fruits, surtout des baies, et plus particulièrement des baies de couleur foncée (rouge et pourpre). Les bioflavonoïdes rouges offrent une protection antioxydante puissante, libérant la vitamine C de son rôle d'antioxydant afin qu'elle puisse faciliter d'essentiels processus métaboliques. En combinant les bioflavonoïdes rouges à la vitamine C, vous en tirerez le meilleur parti possible.

Certains produits naturels ne sont pas recommandés avec la prise de médicaments prescrits. Consultez des experts qui connaissent les deux approches pour plus de sûreté. *Références disponibles sur demande.

Pour en savoir davantage : NATERRO.COM

RESVÉRATROL : CET « ANTIOXYDANT DU VIN ROUGE » QUI ATTIRE L'ATTENTION

Le resvératrol indique un potentiel d'accroissement de la longévité. Il est reconnu pour accroître de 30 % la circulation sanguine dans le cerveau et participer ainsi à la réduction du risque d'accident vasculaire cérébral. Il peut ralentir les effets du vieillissement cérébral en accroissant le fonctionnement cognitif et en réduisant le risque de démence.

FAUT-IL CONSOMMER DU VIN ROUGE POUR BÉNÉFICIER DU RESVÉRATROL ?

La réponse est non. Des compléments alimentaires offerts sur le marché contiennent une quantité de resvératrol concentré, souvent plus importante que ce qu'on trouve dans le vin rouge. De plus, la consommation de resvératrol sans alcool est même plus saine, car l'alcool pose ses propres risques pour la santé.

Certains thérmonutriments cellulaires comme l'extrait de poivre Bioperine® améliore l'absorption de la vitamine C ; des études indiquent un accroissement de 40 % de l'absorption lorsque pris en même temps.

