

Article : Cardiobio

Summary

Atout Cœur !

Symbole de l'Amour, donc de la Vie, le cœur est un muscle dont la principale fonction est d'assurer la circulation sanguine : c'est le "moteur" du système circulatoire.

Or, comme tout moteur, avec l'usure du temps, il s'essouffle, il a besoin d'être entretenu et nourrit.



Description

La **Coenzyme Q10**, produit naturellement par l'organisme, participe à la transformation de l'énergie provenant des aliments en principal carburant.

La **Coenzyme Q10** est très présent au niveau du cœur car cet organe a besoin de beaucoup d'énergie.

Chaque jour, le cœur pompe l'équivalent de 8 000 litres de sang, ce qui équivaut à plus de 100 000 battements cardiaques.

Cependant, à partir de 30 ans, la production de **Coenzyme Q10** commence à diminuer, ce qui fait chuter les niveaux d'énergie, et ce processus s'accélère d'année en année. Cela a pour effet d'accélérer le vieillissement, d'affaiblir le muscle cardiaque, le système immunitaire et la vitalité en général.

La **Taurine** est un dérivé d'acide aminé synthétisé à partir de la cystéine et de la méthionine. Naturellement présente dans le corps humain, elle a été identifiée comme étant un neurotransmetteur.

On en trouve dans les muscles et surtout dans le cœur où elle contribue à maintenir l'équilibre entre calcium et potassium. Elle participe à la digestion des graisses et à la solubilisation du cholestérol.

C'est un nutriment conditionnellement essentiel, c'est à dire qu'il faut en apporter par l'alimentation pour pallier les limites de capacité de synthèse de l'organisme.

La **L-carnitine** est un acide aminé, synthétisé naturellement par le corps, qui transporte les acides gras à travers la membrane des cellules jusque dans les mitochondries où ils sont dégradés pour être transformés en énergie.

Selon *Lohninger et al. (1987)*, la **Carnitine** est particulièrement importante pour le tissu musculaire du cœur car il obtiendrait environ 80 % de son énergie à partir des lipides.

Un déficit en **Carnitine** peut entraîner des troubles du cœur, et en vieillissant sa production peut diminuer fortement.

Selon *Ashbrook (1986)*, une supplémentation s'est révélée efficace pour corriger les déficits en **Carnitine** : 80 % chez les personnes ayant un déficit systémique et 100 % chez celles ayant d'un déficit myopathique en **Carnitine**.

Les **Oméga 3** (*acides gras essentiels*) ne peuvent être produits par le corps humain, d'où la nécessité de les introduire dans notre alimentation. L'organisme en a absolument besoin, notamment au niveau des artères.

Selon l'AFSSA (*Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments*), nos apports alimentaires en **Oméga 3** représentent seulement 30 % des apports nutritionnels conseillés.

La consommation d'huiles de poisson favorise l'incorporation d'**Oméga 3** à longue chaîne (EPA/DHA) en quantité importante dans les phospholipides membranaires du myocarde.

Pepe & McLennan (2002) déclarent que lorsque la concentration en DHA est élevée dans le myocarde, il est moins vulnérable aux arythmies.

Le **Curcuma**, contenant naturellement de la curcumine, utilisé déjà depuis Dioscoride, est un puissant antioxydant.

Le **Magnésium**, régulateur du rythme cardiaque, indispensable à la transmission neuromusculaire, participe à la prévention des risques cardiovasculaires. Une carence en **Magnésium** entrainerait des problèmes inflammatoires, et une altération des cellules de la paroi des vaisseaux sanguins, voire des pathologies cardiaques plus graves.

CARDIOBIO, complexe synergique de divers antioxydants permet de mieux protéger les cellules et d'optimiser la protection contre l'oxydation.