

Le AlMega® est un produit de santé naturel qui fournit des acides gras essentiels (AGE) pour le maintien d'une bonne santé.

### Qu'est-ce qui fait du AlMega un produit unique en son genre?

- Huiles vierges de graines pressées à froid
- Huiles de graines biologiques
- Fournit des acides gras essentiels oméga 3 et 6 en proportions équilibrées de 2 :1
- Un cosmétique interne pour une peau éclatante

### Approche

Le AlMega fournit des acides gras essentiels (AGE) oméga 3 et 6 en proportions équilibrées de 2 :1 issus d'huiles de graines biologiques. AIM n'utilise que des huiles vierges pressées à froid car le fait de conserver à ces huiles leur forme naturelle en évitant de les exposer à la chaleur permet de préserver toute la valeur nutritionnelle de leurs graines.

Chaque cellule, tissu, glande et organe de notre corps dépend de la présence d'AGE. Les AGE constituent l'un des principaux éléments structuraux de chaque membrane cellulaire et sont indispensables à la réparation, à la croissance et à l'activité de nos cellules.

Les AGE sont des gras sains nécessaires à la santé. Ce sont des éléments structuraux, métaboliques et régulateurs d'une importance cruciale pour chacune des cellules de notre organisme. De ce fait, la santé ne peut se passer d'AGE. Ils entretiennent la souplesse et la perméabilité des membranes cellulaires qui permettent aux nutriments d'y pénétrer et aux déchets d'en sortir pour être éliminés. Ceci améliore le maintien et la régulation des fonctions cellulaires.<sup>1</sup>

### Pourquoi les AGE sont-ils d'une telle importance?

Les AGE rétablissent l'énergie, aident à digérer les aliments, réduisent les fringales, transportent les nutriments dans les cellules, brûlent les graisses, favorisent la santé de l'équilibre hormonal, adoucissent et lissent la peau et entretiennent la solidité des os. Les AGE sont absolument essentiels pour une santé et un bien-être optimaux. Toutefois, notre organisme est incapable de produire des AGE (oméga 3 et 6). Ils doivent donc lui être fournis de façon quotidienne par l'alimentation. Contrairement à la croyance populaire, il ne suffit pas de manger du poisson une fois de temps en temps. L'apport insuffisant d'AGE est l'une des carences nutritionnelles

### Bienfaits et caractéristiques primordiaux

- Aide au maintien de la santé cardiovasculaire
- Combat l'inflammation
- Favorise la santé de la peau
- Aide au maintien de la structure et de la fonction des membranes cellulaires
- Triglycérides à chaîne moyenne (TCM) pour fournir de l'énergie
- 120 capsules de gélatine (gélatine halal et casher)

les plus répandues de notre époque, d'où la nécessité de la supplémentation.

Un apport suffisant d'AGE permet à l'organisme de produire tous les autres corps gras dont il a besoin pour soutenir la santé des fonctions cellulaires et immunitaire. Les deux acides gras essentiels sont l'acide alpha-linolénique (ALA) oméga 3 et l'acide linoléique (LA) oméga 6. Ces gras polyinsaturés interviennent dans la transformation des aliments en énergie et jouent un rôle dans le maintien de la santé cardiovasculaire et de la santé globale de tous les systèmes corporels.

### L'oméga 3

Privé d'acides gras oméga 3, le corps est incapable de produire des prostaglandines, soit les composés lipidiques qui interviennent dans la fonction immunitaire. L'ALA a aussi un effet anti-inflammatoire qui peut aider à maîtriser les douleurs articulaires et les courbatures liées au vieillissement. De plus, une portion de l'ALA peut être métabolisée sous forme d'acides gras oméga 3 à longue chaîne, soit l'acide éicosapentaénoïque (EPA) et l'acide docosahexaénoïque (DHA), qui soutiennent les fonctions cérébrales et cognitives ainsi que la santé nerveuse et oculaire.<sup>2</sup> L'huile de poisson est le supplément d'acides gras EPA et DHA le plus couramment utilisé.



## L'oméga 6

Si l'oméga 3 est essentiel à une alimentation saine, l'oméga 6 est aussi d'une importance cruciale. Notre alimentation fournit en général une bonne quantité d'oméga 6, mais il provient principalement de sources raffinées et endommagées telles que les produits de boulangerie et les pâtes. Pour cette raison, il est primordial de s'assurer un apport en oméga 6 d'origine naturelle.

Le AIMega fournit de l'acide linoléique (LA), un oméga 6 de source saine. L'organisme transforme le LA oméga 6 en acide gamma-linolénique (GLA), bénéfique pour l'hydratation de la peau et l'équilibre hormonal. Le LA se transforme aussi en acide arachidonique (ARA), qui peut aider à améliorer la capacité de réaction et les fonctions cognitives. Tout ceci est lié à la quantité d'ARA utilisée par le cerveau. Dans le cadre d'une étude, on a pu constater que le cerveau de jeunes participants en bonne santé consommait 17,8 mg par jour d'ARA, tandis que des participants âgés ont signalé une amélioration de leurs fonctions cognitives grâce à la prise d'un supplément d'ARA.<sup>1</sup>

## L'équilibre d'AGE oméga 3 et 6

Un apport suffisant et équilibré d'acides gras essentiels est de toute importance pour le maintien de la santé. L'une des nombreuses fonctions des oméga 3 et 6 consiste à tenir lieu de précurseurs des prostaglandines, composés analogues à des hormones. Les prostaglandines dérivées de ces deux acides gras essentiels produisent des effets opposés dans l'organisme. Celles qui sont produites par l'oméga 6 augmentent l'inflammation (un élément important de la réponse immunitaire), la formation des caillots sanguins et la prolifération cellulaire, tandis que les prostaglandines provenant d'oméga 3 réduisent ces fonctions. Pour une santé optimale, il convient de maintenir l'équilibre entre ces divers types de prostaglandines. Le AIMega fournit des acides gras oméga 3 et 6 en proportions équilibrées de 2 : 1 pour maintenir cet équilibre.

## L'oméga 9

Le AIMega fournit aussi de l'oméga 9 (acide oléique, un gras monoinsaturé) issu d'huile d'olive, qui n'est pas essentiel du fait que notre organisme peut en produire à partir d'autres acides gras, mais qui est tout de même recommandé pour l'état de santé général. L'huile d'olive est une source excellente d'oméga 9 bénéfique pour la santé cardiaque et dont on a démontré la capacité à favoriser la santé de l'appareil cardiovasculaire.

## Ingrédients :

### Huile de graines de lin (*Linum usitatissimum*) biologique

Les graines de lin contiennent environ 55 % d'oméga 3 et environ 16 % d'oméga 6.

### Huile de graines de sésame (*Sesamum indicum*) biologique

Les graines de sésame sont riches en LA oméga 6, que l'organisme transforme en GLA, ARA et DPA.

1. H. Tallima, R. El Ridi. 2018. Arachidonic Acid: Physiological Roles and Potential Health Benefits- A Review. 11: 33-41.
2. E. Ochi, Y. Tsuchiya. 2018. Eicosapentaenoic Acid (EPA) and Docosahexaenoic Acid (DHA) in Muscle Damage and Function. 10(5): Abstract.

## Mode d'emploi du AIMega

- Prendre 2 à 3 gélules deux fois par jour avec les repas
- Consulter un praticien de soins de santé pendant la prise par voie orale de médicaments, d'anticoagulants, ou en présence de troubles de la coagulation ou de maladie de la vésicule biliaire
- Garder hors de la portée des enfants

Contient des graines de tournesol, de sésame et de lin

### Huile d'olive (*Olea europaea*) biologique

L'huile d'olive contient une certaine quantité d'oméga 6 et est également riche en oméga 9 monoinsaturé.

### Huile de graines de tournesol (*Helianthus annuus*) biologique

Les graines de tournesol comptent parmi les sources les plus riches d'oméga 6.

### Triglycérides à chaîne moyenne (TCM)

Les TCM sont des gras très digestibles que l'organisme utilise pour produire rapidement de l'énergie au lieu de les stocker dans les cellules adipeuses. Ils pourraient aussi favoriser la combustion des graisses (thermogenèse).

## FAQ

### À qui le AIMega est-il recommandé?

Ce mélange équilibré d'acides gras essentiels et de gras sains convient à tous ceux qui désirent augmenter leur énergie, entretenir leurs fonctions cellulaires, améliorer la santé de leur appareil cardiovasculaire et de leur système immunitaire et équilibrer les processus inflammatoires de leur organisme.

### En quoi l'oméga 3 de l'huile de lin diffère-t-il de l'huile de poisson?

Dans la famille des acides gras oméga 3, l'ALA présent dans l'huile de lin est le précurseur de l'acide éicosapentaénoïque (EPA) et de l'acide docosahexaénoïque (DHA), qui sont des acides gras oméga 3 à longue chaîne présents dans l'huile de poisson. L'ALA peut partiellement se transformer en EPA et DHA. L'ALA par lui-même semble aussi procurer des bienfaits physiologiques uniques, en dehors de sa transformation en EPA et DHA. Il est particulièrement utile pour le soutien de la santé cardiaque et du système immunitaire. Le AIMega offre une alternative saine à ceux qui préfèrent ne pas prendre d'huile de poisson.

### Le AIMega est-il déconseillé dans certains cas?

Oui, il est déconseillé en présence d'allergie aux graines de tournesol, de sésame ou de lin.

## Exclusivement distribué par :