

ALFA UP-CELL FORTE

MULTIVITAMINES À LARGE SPECTRE, HAUTEMENT DOSÉ ET À BASE DE FORMES ACTIVES

INDICATIONS

- Besoin d'un apport à haute dose et complet en multivitamines.
- Comble les déficits dus à un mode de vie et à un régime alimentaire occidentaux.
- Contribue au maintien d'une vision normale, d'une peau et de cheveux sains.
- Contribue au métabolisme énergétique normal et à un métabolisme normal des glucides, des acides gras et des protéines.
- Récupération après la grossesse.

INGRÉDIENTS PAR COMPRIMÉ	QUANTITÉ ACTIVE	AR*
VITAMINES		
Vit. A (4 mg bêta-carotène + acétate)	800 mcg	100%
Vit. B1 (chlorhydrate de thiamine)	2,2 mg	200%
Vit. B2 (riboflavine)	2,8 mg	200%
Vit. B3 (nicotinamide)	36 mg	225%
Vit. B5 (calcium-D-pantothénate)	36 mg	600%
Vit. B6 (pyridoxal-5-fosphate)	6 mg	429%
Vit. B8 (biotine)	900 mcg	1800%
Vit. B9 (5-MTHF glucosamine - Quatrefolic®)	300 mcg	150%
Vit. B12 (méthylcobalamine)	5 mcg	200%
Vit. C (acide L-ascorbique)	200 mg	250%
Vit. D3 (cholécalficérol)	25 mcg	500%
Vit E (tocophérols alpha, bêta, gamma et delta)	30 mg	250%
Vit K2 (menaquinone-7)	25 mcg	33%
MINÉRAUX		
Zinc (bisglycinate)	10 mg	100%
Iode (iodure de potassium)	200 mcg	133%
Molybdène (molybdate de sodium)	50 mcg	100%
Sélénium (L-sélénométhionine)	35 mcg	63%
AUTRES		
Choline (bitartrate)	75 mg	-
Bioflavonoïdes d'agrumes (50% hespéridine)	50 mg	-
Inositol	50 mg	-
Acide para-aminobenzoïque (PABA)	25 mg	-
Bétaine HCL	25 mg	-
Rutine	25 mg	-
Lutéine	4 mg	-
Zéaxanthine	1 mg	-

*AR: Apport de référence

Excipients : cellulose microcristalline, stéarate de magnésium, hydroxypropylcellulose, HPMC, dioxyde de silicium, talc, cocotier.

Ne contient pas d'allergènes (gluten, soja, lait, œufs, poisson, crustacés, céleri, moutarde, noix, graine de sésame, sulfite, lupin, mollusques et arachides).

PROPRIÉTÉS UNIQUES

- Avec les formes biologiques actives des vitamines B.
- Sans fer, manganèse, cuivre et chrome pour les personnes souffrant de surcharge en fer (hémochromatose) ou d'une hypersensibilité à ces minéraux.
- Avec du bêta-carotène.
- Avec de la bétaine HCL pour une meilleure absorption.
- Chélates minéraux digests et à haute biodisponibilité.
- Riche en antioxydants.
- Combinaison unique de caroténoïdes, de vitamines et de minéraux qui favorise une peau saine et une vision normale : bêta-carotène, zinc, lutéine et zéaxanthine.

CONSEILS THÉRAPEUTIQUES

- Il est conseillé aux personnes qui, en raison de maladies chroniques, doivent prendre de fortes doses de vitamines ou de minéraux spécifiques, de combiner ceci à un traitement avec un complexe de vitamines et de minéraux à large spectre, complété d'antioxydants. Cela favorise le rétablissement ainsi que l'absorption du supplément spécifiquement prévu.
- Les personnes ayant des problèmes digestifs digèrent souvent difficilement les complexes multivitaminés. Dans ce cas, la prise d'Alfa Digest est conseillée pour soutenir la digestion et l'absorption.

MESURES DE PRÉCAUTION

- Peut être utilisé pendant la grossesse et l'allaitement. En cas de grossesse, il est préférable de coordonner avec la patiente si elle utilise une autre supplémentation contenant de la vitamine A, pour éviter l'excès.
- Ne convient pas aux enfants de moins de 6 ans.

CONSEILS D'UTILISATION

- Enfants à partir de 12 ans/adultes : 1 comprimé par jour au petit déjeuner.
- Enfants à partir de 6 ans : 1 demi comprimé par jour au petit déjeuner.



NUT_PL_AS 715/72

STYLE DE VIE OCCIDENTAL

Ce style de vie engendre des **déficits généraux** suite aux éléments suivants :

- L'épuisement des terres agricoles et les techniques agricoles modernes recourant à des engrais chimiques qui sont limités en nutriments.
- Les produits alimentaires raffinés sont pauvres en vitamines, minéraux et antioxydants.
- Les fruits cueillis non mûrs sont pauvres en vitamines, en antioxydants et en bioflavonoïdes, comme le lycopène, un protecteur extrêmement important de l'ADN.
- Les défis quotidiens de la société occidentale, des sports intensifs, un travail en équipes, des conditions de travail stressantes, le vieillissement, la croissance, ...
- Toutes nos cellules sont renouvelées chaque année. Pour que ce renouvellement cellulaire se déroule de manière optimale, notre corps a besoin d'un certain nombre d'éléments de base. Les vitamines, les minéraux ainsi que les nombreux antioxydants et bioflavonoïdes fournissent à notre corps ces éléments de base nécessaires à la récupération et au renouvellement. Année après année, les pénuries entraînent davantage de lésions tissulaires et un vieillissement plus rapide.

SOUTIEN DU MÉTABOLISME: POUR LA PERTE DE POIDS, EN CAS DE SYNDROME MÉTABOLIQUE ET DE DIABÈTE

- **Iode** : en cas de surcharge pondérale, la fonction thyroïdienne est souvent insuffisante en raison d'une carence en iode. Une carence en iode a été constatée à l'échelle mondiale (rapport de l'OMS 2004). L'iode est important pour le **bon fonctionnement de la glande thyroïde**. L'hormone thyroïdienne active T3, fT3 ou T3 libre, détermine la vitesse du métabolisme humain. Cela s'exprime par une sensation de stabilité d'énergie et de vitalité.
- Les **carences en vitamines et en minéraux** entraînent un manque d'énergie, car ils sont des cofacteurs dans de nombreux processus métaboliques. Pendant ou après un traitement de perte de poids, ils fournissent un soutien précieux pour optimiser le métabolisme, la combustion des graisses et la croissance musculaire.
- Le **zinc et le sélénium** sont des cofacteurs pour la formation de l'hormone thyroïdienne active T3.
- Les **vitamines B** sont des cofacteurs essentiels du cycle de l'acide citrique, responsable de la production d'ATP ou de la production d'énergie dans nos cellules. La formation de tous les neurotransmetteurs a besoin des vitamines B en tant que co-facteurs. La plupart des neurotransmetteurs sont formés à partir d'acides aminés. De nombreuses personnes ont des difficultés à convertir les vitamines B ordinaires en vitamines B actives. Cette formule contient déjà les formes actives des vitamines B.
- Un bon taux de **biotine (vitamine B8)** pendant la grossesse est essentiel pour le bébé.

SANTÉ CARDIOVASCULAIRE

- Avec un bon niveau en **vitamine K2**, le **calcium se dépose dans les tissus osseux et non dans les tissus mous** tels que les parois des vaisseaux sanguins, le cartilage, les organes tels que les tissus du cœur, des poumons et des reins. La vitamine K2 active la Protéine Matrix Gla (MGP) qui inhibe le dépôt de calcium dans la matrice extracellulaire des tissus mous. La vitamine D est impliquée dans la production de MGP. Ensemble ils assurent un fonctionnement optimal du MGP dans la paroi vasculaire.
- La **choline et l'inositol** réduisent le cholestérol LDL.
- La **choline** favorise l'élimination des graisses du foie.

OSTÉOPOROSE

- La **vitamine K2 est essentielle au fonctionnement de diverses protéines fixant le calcium**, impliquées dans le maintien de la structure des os, des dents, des vaisseaux sanguins et dans le contrôle de la croissance cellulaire. Une quantité suffisante de vitamine K2 réduit le risque de fracture osseuse.
- De nombreuses études démontrent que l'administration de **vitamine D améliore l'absorption du calcium dans les os**, entraînant une réduction des fractures osseuses dues à l'ostéoporose. Un taux de calcidiol <50 nmol / l est défavorable et conduit à une augmentation des fractures ostéoporotiques et des risques de chutes chez les personnes âgées. Si le taux de calcidiol dépasse 50 nmol / l, on obtient une densité osseuse plus élevée (EFSA 156-157-158).

ANTIOXYDANTS

- Les **bioflavonoïdes, le bêta-carotène, la rutine, la lutéine et le molybdène** protègent nos cellules contre le stress oxydatif.

SOUTIEN DE LA SANTÉ OCULAIRE

- La **lutéine** et la **zéaxanthine** sont des caroténoïdes que l'on trouve dans le cristallin de l'œil, acteur important de la **fonction oculaire**.
- La combinaison de **vitamine A** et **zinc** dans une formule est importante, car le zinc est nécessaire au métabolisme de la vitamine A. La vitamine A est utilisée pour la prévention de la **cécité nocturne**.

NOURRIT LA PEAU, LES CHEVEUX ET LES ONGLES

- **PABA** : l'acide para-amino-benzoïque fait partie des substances qui ont un effet positif sur l'état des **cheveux, des ongles et de la peau**. Il intervient notamment dans la formation des pigments et favorise la préservation de la couleur naturelle des cheveux.
- **Vitamine C** : elle favorise la **synthèse du collagène**.
- **Zinc** : le minéral bénéfique à la peau, aux cheveux et aux ongles.
- La **biotine** est importante pour la santé de la peau, des cheveux et des ongles. Cela peut aider lors de la perte de cheveux (surtout chez les hommes).

Etudes scientifiques:

- Castiglione D et al. Dietary Micronutrient and Mineral Intake in the Mediterranean Healthy Eating, Ageing, and Lifestyle (MEAL) Study. Antioxidants (Basel). 2018 Jun 23;7(7). pii: E79.
- Nelson G et al. Income growth and climate change effects on global nutrition security to mid-century. Nature Sustainability 2018; 1(12): 773-781.