

**NUT/AS - CNK**

120/106 - 4518-138

**CONSEILS D'UTILISATION**

voie orale - 1 gel /j. - 20 mn. avant repas

**ALLERGÈNES / TRACES**

- / -

**ORIGINE**

100% végétal

**LISTE DES INGRÉDIENTS**L-Taurine - Lithothamnium Calcareum -  
Enrob.: Gél. végétale (HPMC)**INDICATIONS**

- > Fabriquée à partir de la L-Méthionine, via la L-Cystéine (avec Vit. B6)
- > La L-Taurine n'est pas reconnue comme un acide aminé essentiel, mais est indispensable aux nouveau-nés et aux enfants prématurés. Elle doit être suffisamment présente dans le lait maternel, pour éliminer l'excès de bilirubine responsable de la jaunisse du nourrisson. La carence en taurine est fréquente chez les végétariens.
- > N'intervient pas dans la synthèse protéique
- > Participe à la phase 2 de la détoxification hépatique : chélation des métaux (Pb, Fe...)
- > Est une source de soufre organique (S)
- > Action antioxydante : protège contre les radicaux libres au niveau du cerveau, de la rétine et du myocarde
- > Protège des maladies cardiovasculaires et du vieillissement
- > Amélioration de la fonction cognitive
- > Intervient également dans la récupération physique après effort
- > Antiviral : renforce le pouvoir de phagocy-

tose des cellules immunitaires, macrophages, monocytes, granulocytes éosinophiles, cellules NK

- > Intervient dans la régulation de la réponse inflammatoire et immunitaire
- > Action stabilisatrice membranaire : module la concentration de calcium en augmentant sa captation ou en favorisant son extrusion hors de la cellule par stimulation de la calcium ATP-ase
- > Action neuromodulatrice : protège les cellules contre le stress (par inhibition de la synthèse des hormones de stress, l'adrénaline et la noradrénaline)
- > Favorise l'action du magnésium en cas de stress : améliore l'incorporation intracellulaire du Mg et favorise une relaxation optimale. Son action peut être assimilée à un neuromodulateur dont l'activité est comparable à celle du GABA, inhibiteur du système nerveux
- > Action régulatrice au niveau de la prise alimentaire, du sommeil ou de la mémoire
- > Favorise la performance, améliore l'absorption de la créatine, de la glutamine
- > Apporte de l'énergie (ATP), améliore la vitalité

- > Aide à la dégradation de l'acide lactique musculaire
- > Exerce des effets comparables à l'insuline
- > En se fixant sur les sels biliaires, elle réduit les taux du cholestérol et améliore l'absorption des lipides alimentaires.

Les sels biliaires représentent l'unique et important moyen d'éliminer du cholestérol. Ils gardent le cholestérol liquide empêchant ainsi sa précipitation dans la vésicule biliaire (et donc la formation de calculs biliaires) et facilitent l'absorption des Vit. lipophiles (Vit. A, Vit. D, Vit. E, Vit. K). La production de ces sels est limitée et trop faible. L'organisme, par l'intermédiaire du cycle entérohépatique, récupère les sels biliaires (mais pas le cholestérol) de l'intestin vers le foie.

**VALEUR NUTRITIVE** (par gélule)

Taurine	500 mg
Lithothamne	141.9 mg

**EXCIPIENT :** Lithothamne = apport en Sodium, Potassium, Calcium, Phosphore, Magnésium, Soufre, Iode, Fer, Zinc, Cuivre, Manganèse, Cobalt, Chrome