

Du 3 mars au 11 avril 2014

Conseils santé :
Santé des enfants

Nouveaux produits :
Ligne pour enfants

Conseils santé :
Allergies saisonnières

Soulagement des
Allergies

Mise à jour de produit :
Cho-less-terin

Le coin cuisine :
**Muffins
bananes-bleuets**

Nouveaux produits :
**Variété de
champignons**

...et autres sujets d'intérêt

Exclusivement pour les magasins d'aliments naturels

Recherche et rédaction par
Gordon Raza, B.Sc.
sauf indication contraire



Conseils santé

par Philip Rouchotas, MSc, ND et Heidi Fritz, MA, ND



Santé des enfants : Attention, mémoire et concentration

La prévalence du trouble de l'attention ou du trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH) atteint aujourd'hui des proportions épidémiques. On croyait traditionnellement que le TDAH affectait de 3 à 7 % des enfants, mais une récente publication (2013) démontre que le taux réel peut atteindre 15 % chez les enfants d'âge scolaire de 1^{re} à 5^e année, et cela peut être représentatif de la prévalence dans l'ensemble des États-Unis^[1]. La situation est sans doute similaire au Canada. Un taux de prévalence de 15 % est équivalent à environ un enfant sur sept – vraiment un très grand nombre, étant donné que ces troubles étaient presque inconnus il y a à peine une génération.

Selon le *Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*, 4^e édition (DSM-IV), le TDAH est défini comme un « modèle persistant d'inattention et/ou d'hyperactivité-impulsivité qui est

affichée plus souvent et est plus sévère que ce qui est généralement observé chez les individus au niveau de développement comparable »^[2]. Le TDAH peut être classé dans l'une des trois sous-types : inattention, hyperactivité-impulsivité, et combinaison^[3]. Le trouble est vraisemblablement dû à une incapacité du cerveau à contrôler le comportement, dans le sous-type impulsif. L'impact du TDAH sur les enfants a beaucoup de ramifications, affectant non seulement les résultats scolaires et les relations familiales, mais entraînant souvent une frustration interne importante et empêchant la socialisation dans les capacités de l'enfant à développer des relations avec leurs pairs.



3405, rue F.-X.-Tessier
Vaudreuil-Dorion,
Québec J7V 5V5
800 268-9486
newrootsherbal.com

Fier membre du



voice of the Natural Health Industry
La voix de l'industrie de la santé naturelle

Membre de la



Société Canadienne de
RECHERCHE PSN

Certains des agents naturels les plus importants dans le contexte du TDAH, ou en fait de la fonction cognitive en général, sont les acides gras oméga-3. En particulier, l'acide gras oméga-3 acide icosapentaénoïque (AIP) d'origine marine est essentiel à la santé du cerveau, ayant des rôles dans l'humeur et la cognition [4]. Des études ont démontré que les suppléments d'oméga-3 riches en AIP peuvent réduire des traits du TDAH, et même inverser des critères de diagnostic du TDAH chez un pourcentage important d'enfants [5]. Une revue systématique et une méta-analyse (2011) comprenaient des données provenant de 10 essais cliniques sur 660 enfants [4]. Collectivement, les données ont démontré une différence significative avec traitement à l'acide gras oméga-3, et que des doses plus élevées d'AIP dans les suppléments d'acides gras oméga-3 étaient significativement associées à une plus grande efficacité dans le traitement des symptômes du TDAH [4]. Les études démontrent qu'une bonne dose d'AIP pour les enfants se situe entre 400 et 600 mg par jour.

L'acide icosapentaénoïque (AIP) agirait comme un puissant agent anti-inflammatoire dans le cerveau. Dans la membrane

cellulaire, l'AIP est en concurrence avec l'acide arachidonique pour la conversion enzymatique de cytokines spécifiques. L'acide arachidonique est converti en produits chimiques proinflammatoires tels que la prostaglandine E₂ (PGE₂), tandis que l'AIP est converti en produits chimiques anti-inflammatoires tels que la PGE₃. Lorsque des enzymes comme la cyclooxygénase-2 (COX-2) arrivent, ils trouvent l'AIP à la place de l'acide arachidonique, et aucun produits chimiques anti-inflammatoire n'est créé. L'AIP peut aussi aider à moduler la transmission de signaux entre les cellules du cerveau.

Enfin, en plus de l'huile de poisson riche en AIP, d'autres stratégies importantes pour traiter le TDAH comprennent une multivitamine de bonne qualité et de la vitamine D, un autre nutriment important pour la santé du cerveau et la cognition. Des stratégies alimentaires comprennent l'enlèvement du sucre raffiné, des colorants alimentaires, et des sensibilités alimentaires provenant de l'alimentation. Pour ces stratégies complexes, le recours à un docteur en naturopathie est approprié et devrait être considéré.



CHFA Ouest

Nous serons ravis de vous revoir ou de vous voir pour la première fois ce printemps au CHFA Ouest. Suite à leur popularité l'an dernier, le Dr Heidi Fritz et le Dr Philip Rouchotas seront des nôtres pour des formations de 15 minutes pendant le week-end. Ces formations visent à aider le personnel des ventes et de la gestion à connaître nos produits afin d'améliorer leurs ventes au détail, dans un environnement en évolution rapide. Ces séances ouvertes à tous, données dans l'atmosphère décontractée de nos propres kiosques, mettront l'accent sur les applications thérapeutiques de nos meilleures formulations.

Des démonstrations et des échantillons de plusieurs de nos produits les plus populaires vous seront offerts.

Contactez votre représentant des ventes pour plus d'informations.

Au plaisir de vous y voir!

Visitez-nous aux kiosques #821 et #921.

Références

1. Rowland, A.S., et coll. "The prevalence of ADHD in a population-based sample". *Journal of Attention Disorders* 11 Dec 2013. [Epub ahead of print]
2. Aupperlee, J., et coll. *DSM-IV (Text Revision) Definition Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder*. <https://www.msu.edu/course/cep/888/ADHD%20files/DSM-IV.htm> · Visité le 26 janvier 2014.
3. Willcutt, E.G. "The prevalence of DSM-IV attention-deficit/hyperactivity disorder: a meta-analytic review". *Neurotherapeutics* Vol. 9, No. 3 (2012): 490-449.
4. Bloch, M.H. et A. Qawasmi. "Omega-3 fatty acid supplementation for the treatment of children with attention-deficit/hyperactivity disorder symptomatology: systematic review and meta-analysis". *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* Vol. 50, No. 10 (2011): 991-1000.
5. Sinn, N. et J. Bryan. "Effect of supplementation with polyunsaturated fatty acids and micronutrients on learning and behavior problems associated with child ADHD". *Journal of Development and Behavioral Pediatrics* Vol. 28 No. 2 (2007): 82-91.



Matière à réflexion pour jeunes cerveaux



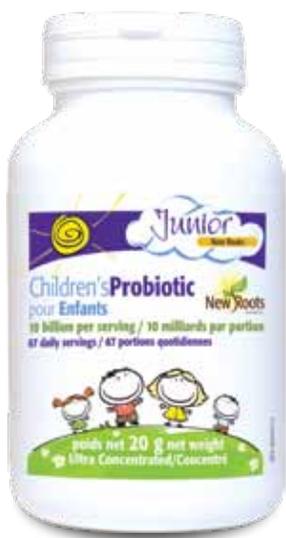
1856

New Roots Herbal est fière de lancer son **Oméga-3 pour Enfants** dans une gélule à croquer. Notre gélule sans sucre, édulcorée au stévia, a un subtil arôme naturel de citron que les enfants de tous âges adoreront.

Chaque gélule fournit un rapport bien équilibré de 2:1 de 100 mg d'acide icosapentaénoïque (AIP) et 50 mg d'acide docosahexaénoïque (ADH), des acides gras essentiels instrumentaux dans la croissance et le développement des enfants. Les gélules sont la forme idéale de livraison de l'huile de poisson car ils la protègent de l'oxydation. Les acides gras oméga-3 sont essentiels au fonctionnement du cerveau pour l'apprentissage et le développement comportemental, l'intégrité du système nerveux et la nutrition saine des yeux. Ils établissent aussi le réseau de vaisseaux sanguins pour la santé cardiovasculaire continue.

Les bienfaits des suppléments d'oméga-3 pour les enfants ont été démontrés dans de nombreuses études, dont une publiée dans le *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics* qui démontre l'amélioration de l'apprentissage et du comportement chez des enfants atteints de TDAH. Des revues systémiques de multiples tests ont aussi démontré que l'AIP et l'ADH en rapport de 2:1 sont efficaces pour les symptômes du TDAH, dont la concentration mentale, la mémoire et la concentration. Les acides gras oméga-3 sont essentiels aux synapses neuronales; une carence peut entraîner de nombreux déficits cognitifs. Nourrir le cerveau avec nos gélules d'**Oméga-3 pour Enfants** de qualité peut aussi servir d'alternative saine à la prescription de stimulants (méthylphénidate) pour assurer le développement cognitif sain de vos enfants.

Mouvement probiotique jeunesse



1821

Ce mois-ci, **Probiotique pour Enfants** sera disponible pour la santé des enfants et des adolescents. Sous forme pratique de poudre pour un dosage personnalisé, chaque portion contient 10 milliards d'UFC de 12 espèces probiotiques spécifiques.

Plus de 2,5 milliards d'UFC de trois espèces de *Bifidobacterium* composent **Probiotique pour Enfants** : *B. infantis*, *B. longum* et *B. breve*. Ces probiotiques sont parmi les

premiers à coloniser le tractus intestinal du nourrisson. Ils renforcent le système immunitaire, réduisent l'incidence de la diarrhée, et optimisent l'assimilation des nutriments.

Huit espèces spécifiques de *Lactobacillus* peuplent aussi les intestins pour renforcer l'immunité, synthétiser des vitamines, tolérer le lactose, et protéger contre les microorganismes pathogènes.

Muffins bananes–bleuets

Nos muffins aux bananes sont une bonne source d'énergie pour une vie active.

Ingrédients :

- 1 ¾ tasse de farine de blé entier
- ¾ tasse de sucre brun (cassonade)
(ou ½ cup with 2 c. à table de Stévia en poudre)
- 1 c. à thé de cannelle
- 2 c. à thé de poudre à pâte
- 1 c. à thé de bicarbonate de soude
- ½ c. à thé de sel
- 1 c. à table de graines de lin moulues
- 1 c. à table de poudre de protéine de chanvre
- ⅓ tasse d'Huile de fruit de palme rouge
- 2 œufs légèrement battus
- 3 bananes mures émincées (les bananes peuvent être congelées pour utilisation future)
- 1 tasse de bleuets frais ou congelés ou biologiques

Instructions :

Mélanger les ingrédients secs, puis y ajouter l'huile, les bananes et les œufs, puis les bleuets. Remplir les moules.

Préchauffer le four à 350 °F. Cuire au four pendant 14 minutes.

Savourez!



Choisir d'aider



Saviez-vous que selon Hunger Count en 2013 :

- 36,4 % des gens fréquentant les banques alimentaires sont des enfants et des jeunes
- 4,3 % des adultes aidés ont plus de 65 ans^[1]

Depuis 1989, Banques alimentaires Canada travaille fort pour aider près de 850 000 Canadiens chaque mois à lutter contre la faim. Le sens de la communauté de New Roots Herbal et la réalisation du rôle important que Banques alimentaires Canada joue tous les jours ont encouragé l'entreprise à aider cet organisme de charité. Notre programme «Choisir d'aider» a versé un total de 40 815 \$ au cours des quatre dernières années pour soutenir la mission de Banques alimentaires Canada. Avec tous vos achats, nous nous efforcerons de continuer ce que nous avons commencé et de contribuer un pourcentage encore plus élevé de nos ventes pour continuer à aider notre société.



Allergies saisonnières : Réguler le système immunitaire naturellement

Lancinantes, irritantes, et restrictives... Les allergies sont une condition d'hyperréactivité immunitaire qui peut entraver sensiblement la qualité de vie et limiter les activités quotidiennes. Dans l'allergie saisonnière, l'exposition à des substances environnementales comme le pollen active les mastocytes liés à l'IgE, conduisant à la libération d'histamine et d'autres cytokines inflammatoires [1, 2]. Ces produits chimiques provoquent des symptômes locaux, comme des démangeaisons ; un gonflement et une rougeur des yeux, de la gorge et de la cavité nasale ; la production accrue de mucus ; et la conjonctivite. Les antihistaminiques en vente libre sont le traitement le plus couramment disponible, et agissent en bloquant la libération d'histamine. Plusieurs stratégies naturelles existent aussi pour aider à réduire la réactivité immunitaire et arriver à mieux maîtriser les symptômes : entre autres, l'emploi de probiotiques, de vitamine D, de vitamine C, de quercétine, et de flavonoïdes.

Les probiotiques et la vitamine D sont deux nutriments immunomodulateurs clés. Il a été démontré que la supplémentation en probiotiques réduit les niveaux de cytokines inflammatoires, les symptômes d'allergies, et le recours aux médicaments [3, 4]. Une étude a démontré que la supplémentation en probiotiques pendant huit semaines pendant la haute saison d'allergie a entraîné une diminution de la sécrétion de cytokines Th-2 ainsi

que la réduction significative des symptômes nasaux, par rapport au placebo, commençant environ à cinq semaines [3]. Une autre étude chez les enfants atteints de rhinite allergique perannuelle traités par lévocétirizine a cherché à savoir s'il y avait tout avantage supplémentaire à lui ajouter un traitement à *Lactobacillus* [4]. Cette étude a révélé la réduction significative des symptômes chez le groupe de patients suivant un traitement aux probiotiques par rapport à la lévocétirizine seule. Il y avait aussi une meilleure amélioration du débit nasal expiratoire de pointe chez les patients traités aux probiotiques.

La vitamine D a été largement étudiée pour l'asthme, et peut jouer un rôle essentiel dans la gestion optimale de l'asthme, l'amélioration de la fonction pulmonaire et la réponse à la corticothérapie, mais elle n'a pas été bien étudiée spécifiquement pour les allergies saisonnières [5, 6]. Néanmoins, compte tenu de son rôle bien établi dans la régulation immunitaire, la vitamine D doit toujours être considérée pour la gestion des allergies, en particulier s'il existe des preuves d'une carence.

La vitamine C et les bioflavonoïdes comme l'héspéridine sont considérés comme un pilier du traitement pour les allergies saisonnières en raison de leur capacité à renforcer les parois vasculaires, empêchant l'exsudation des cytokines inflammatoires et du fluide, avec œdème et enflure conséquents [7]. La quercétine est un flavonoïde





aux propriétés antihistaminiques, qui empêche la dégranulation des mastocytes^[7, 8]. Le thé vert est une autre herbe riche en flavonoïdes ; il a été démontré qu'il réduit les symptômes des allergies saisonnières. Dans une étude, il a été démontré que boire un breuvage de thé vert contenant 34 mg de catéchine O-méthylée pendant un mois et demi avant la saison des allergies réduit de façon significative les symptômes d'allergie, dont la douleur à la gorge, l'écoulement nasal, les larmes, et la restriction des activités quotidiennes chez les 38 participants allergiques au pollen de cèdre^[10].

Enfin, un agent intéressant, mais moins connu, éprouvé contre les allergies est le chardon-Marie^[11]. Les flavonoïdes contenus dans le chardon-Marie sont collectivement appelés «silymarine». La silymarine est un puissant antioxydant aux propriétés hépatoprotectrices. Il stabilise la membrane cellulaire, empêche la lipoperoxydation (dommages aux lipides de la

membrane cellulaire), et augmente la concentration du glutathion, une enzyme antioxydante responsable de la désintoxication et de l'élimination des radicaux libres de l'organisme^[7]. Un total de 94 patients atteints de rhinite allergique au test cutané positif ont été randomisés pour recevoir un traitement à la silymarine (420 mg/j) ou un placebo. Le critère de jugement principal était le questionnaire Sino-Nasal Outcome Test 20 (SNOT-20) évaluant les symptômes cliniques d'allergie. À la fin de l'étude, les patients traités à la silymarine avaient seulement environ 25 % des symptômes présentés par le groupe placebo.

En conclusion, il y a une bonne quantité de preuves confirmant les effets antiallergiques de plusieurs substances naturelles : par exemple, les probiotiques et la vitamine D immunomodulateurs ; la vitamine C ; et des bioflavonoïdes spécifiques aux propriétés antioxydantes et antihistaminiques, dont les catéchines, la quercétine, et la silymarine.

Références

1. Broide, D.H. "Allergic rhinitis: pathophysiology". *Allergy and Asthma Proceedings* Vol. 31, No. 5 (2010): 370–374.
2. Bilkhu, P.S, J.S. Wolffsohn, et S.A. Naroo. "A review of non-pharmacological and pharmacological management of seasonal and perennial allergic conjunctivitis". *Contact Lens and Anterior Eye* Vol. 35, No. 1 (2012): 9–16.
3. Singh, A., et coll. "Immune-modulatory effect of probiotic *Bifidobacterium lactis* NCC2818 in individuals suffering from seasonal allergic rhinitis to grass pollen: an exploratory, randomized, placebo-controlled clinical trial". *European Journal of Clinical Nutrition* Vol. 67, No. 2 (2013): 161–167.
4. Lue, K.H., et coll. "A trial of adding *Lactobacillus johnsonii* EM1 to levocetirizine for treatment of perennial allergic rhinitis in children aged 7–12 years". *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology* Vol. 76, No. 7 (2012): 994–1001.
5. Majak, P., et coll. "Vitamin D supplementation in children may prevent asthma exacerbation triggered by acute respiratory infection". *Journal of Allergy and Clinical Immunology* Vol. 127, No. 5 (2011): 1294–1296.
6. Wu, A.C., et coll. Childhood Asthma Management Program Research Group. "Effect of vitamin D and inhaled corticosteroid treatment on lung function in children". *American Journal of Respiratory and Critical Care Medicine* Vol. 186, No. 6 (2012): 508–513.
7. Guex, J.J., et coll. "Quality of life improvement in Latin American patients suffering from chronic venous disorder using a combination of *Ruscus aculeatus* and hesperidin methyl-chalcone and ascorbic acid (quality study)". *International Angiology* Vol. 29, No. 6 (2010): 525–532.
8. Theoharides, T.C. et G.R. Sant. "A pilot open label study of Cystoprotek in interstitial cystitis". *International Journal of Immunopathology and Pharmacology* Vol. 18, No. 1 (2005): 183–188.
9. Hirano, T., et coll. "Preventative effect of a flavonoid, enzymatically modified isoquercitrin on ocular symptoms of Japanese cedar pollinosis". *Allergology International* Vol. 58, No. 3 (2009): 373–382.
10. Maeda-Yamamoto, M., et coll. "The efficacy of early treatment of seasonal allergic rhinitis with benifuuki green tea containing O-methylated catechin before pollen exposure: an open randomized study". *Allergology International* Vol. 58, No. 3 (2009): 437–444.
11. Bakhshae, M., et coll. "Effect of silymarin in the treatment of allergic rhinitis". *Otolaryngology—Head and Neck Surgery* Vol. 145, No. 6 (2011): 904–909.



Soulagement des allergies

L'arrivée du printemps est attendue plus qu'aucune autre saison, mais signifie aussi le début de six mois d'allergènes aériens. Les Canadiens sont continuellement exposés au pollen : celui des arbres au printemps, celui de l'herbe en été, et celui de l'herbe à poux causant le « rhume des foins » à la fin de l'été et au début de l'automne.

New Roots Herbal a deux produits renforçant la résistance aux allergènes aériens au niveau cellulaire, par opposition aux produits qui ne font qu'apporter un soulagement symptomatique à court terme.



130-945

Huile de graines de cumin noir de New Roots Herbal provient de la plante à fleurs *Nigella sativa*. Le profil favorable des acides gras inclut une abondance d'acides gras linoléique et oléique avec une vaste gamme de composés complémentaires renforçant et équilibrant la réponse immunitaire. Il fortifie les membranes

cellulaires pour résister efficacement à la réponse à l'histamine qui provoque les symptômes d'allergies. La rhinite allergique (saisonnière) peut être dérangeante ; **Huile de graines de cumin noir** peut vous aider à retrouver votre bien-être et profiter d'une vie active en plein air toute l'année !



1142

Quercetine de New Roots Herbal provient du sophore du Japon, une des sources les plus puissantes de bioflavonoïdes. **Quercetine** étanche le réseau des mastocytes et des basophiles dans tout le corps avec un effet stabilisant sur les membranes cellulaires.

Ces cellules sont présentes dans tout le corps en tant que partie du système immunitaire et des muqueuses. **Quercetine** renforce ces cellules pour inhiber la libération d'histamine qui provoque les symptômes gênants communs aux allergies aériennes.

Cho-less-terin

Maintenant en gélules



1837-1838

Cho-less-terin est reconnu depuis sept ans pour la gestion sûre et sans effets secondaires du cholestérol, le principal facteur de risque contrôlable de maladie coronarienne. Contrairement aux statines de prescription à portée étroite qui ciblent uniquement la production de cholestérol LDL par le foie, **Cho-less-terin, maintenant disponible en format pratique de gélule facile à avaler**, contient cinq ingrédients synergiques formulés dans une base d'huile de fruit de palme rouge riche en antioxydants pour une biodisponibilité maximale et des effets thérapeutiques renforcés.

Cho-less-terin s'attaque à l'hypercholestérolémie (taux de cholestérol élevé) de plusieurs façons. Un extrait standardisé de guggul (3,5 % de guggulstérones) abaisse le LDL et les triglycérides. Les phytostérols, l'équivalent végétal du cholestérol, font activement concurrence pour les sites d'absorption intestinale avec le cholestérol nuisible (LDL) et interfèrent avec son

assimilation. Un extrait d'avoine (22 % de bêta-glucanes) se lie aux acides biliaires que le foie produit à partir du cholestérol LDL sanguin. Ce processus simple accélère la conversion de cholestérol LDL nocif en acides biliaires pour l'excrétion. Notre formule comprend aussi un extrait de thé vert (50 % de polyphénols) qui empêche la formation de plaque artérielle appelée athérosclérose ou durcissement des artères. Un puissant extrait standardisé de levure rouge de riz ajoute aux effets réducteurs de cholestérol de **Cho-less-terin**. Il accélère la dégradation et l'excrétion du cholestérol LDL par le foie.

La base d'huile de fruit de palme rouge améliore **Cho-less-terin** de plusieurs façons. L'huile de fruit de palme rouge est une riche source de nutriments, dont les tocotriénols (une forme thérapeutique de vitamine E), le lycopène et la coenzyme Q₁₀. Ses bienfaits pour la santé comprennent une protection accrue contre la formation de plaque artérielle, la normalisation de la pression artérielle, et une baisse supplémentaire du cholestérol nuisible (LDL).

Contrôlez votre cholestérol avec **Cho-less-terin** ; notre nouvelle formule améliorée axée sur les résultats est efficace par elle-même, et est sans danger pour utilisation avec des statines de prescription.





Améliorez votre qualité de vie



Protection éprouvée contre les rayons solaires



332-993

Pêcheur, agriculteur, surfeur, skieur... l'exposition prolongée au soleil, aggravée par la lumière réfléchiée par les vagues et la neige, peut accélérer les maladies oculaires, dont la dégénérescence maculaire liée à l'âge et la cataracte. Les brûlures cutanées sont un mécanisme de défense inné pour la santé de l'épiderme, mais les yeux souffrent des dommages cumulatifs de l'exposition prolongée aux rayons nocifs du soleil, sans repères visuels comme un coup de soleil sur la peau.

Forsight remplit les yeux de caroténoïdes à puissance normalisée se concentrant dans la macula (zone centrale de l'œil responsable de l'acuité visuelle) pour protéger contre le soleil intense, encore plus menaçant avec l'appauvrissement de la couche d'ozone. Chaque capsule contient 6 mg de lutéine pure, le principal pigment dans la macula et la rétine qui filtre la lumière pour protéger les tissus oculaires délicat.

Notre formule offre aussi des nutriments critiques pour la vision, comme l'extrait de pépins de raisin (95 % d'OPC), le glutathion réduit, et le lycopène (5 %) qui protègent les yeux du stress oxydatif. Un puissant extrait de *Ginkgo biloba* contribue en outre à dilater les petites artères, dont l'artère ophtalmique pour maximiser le flux de nutriments aux yeux.

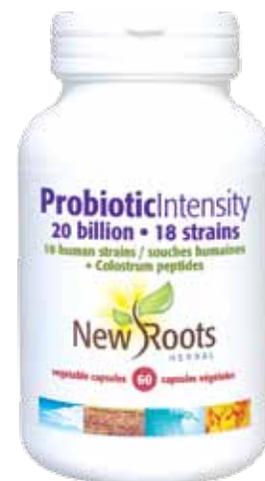
Forsight contient des vitamines C, E, et du complexe B, toutes nécessaires pour la santé des yeux et l'acuité visuelle. Des sources hautement biodisponibles de zinc, de cuivre et de sélénium complètent notre formule pour améliorer la microcirculation et une protection antioxydante additionnelle.

La perte de vision fait partie des principales menaces à la perte d'autonomie associées au vieillissement. La préservation d'une excellente vision requiert **Forsight!**



Intensité Probiotique

Nous commencerons à livrer **Intensité Probiotique** en mars ; notre service à la clientèle vous fournira tous les détails. Nous sommes ravis de partager notre formule de pointe de 20 milliards d'UFC avec 18 souches probiotiques thérapeutiques et les effets thérapeutiques d'un extrait spécial de colostrum (8 % de polypeptides riches en proline).



1878-1880

Voyagez sans même quitter le sol



1403-1443-1807

Le 9 mars marque le retour à l'heure avancée pour les Canadiens, sauf si vous êtes un Saskatchewanais — libre de ce rituel arbitraire. Le changement d'une heure d'ensoleillement du matin au soir cause des millions de mini cas de décalage horaire. On peut mieux s'adapter

à l'heure d'été en avançant le réveil de 15 minutes par jour pour une semaine ou deux, mais les nutriments naturels dans **Somni⁸** pourraient fournir la clé une transition en douceur vers le printemps.

Somni⁸ est formulé avec des extraits botaniques de puissance normalisée de passiflore, de houblon, de scutellaire et de camomille, reconnus pour contribuer à un état de sommeil calme. Il contient un isolat de san qi qui renforce les effets restaurateurs de sommeil, de même que du diglycinate de magnésium hautement biodisponible aux effets apaisants sur le système nerveux. **Somni⁸** contient aussi de la mélatonine pour stabiliser les cycles de sommeil facilement perturbés par les changements d'heure.

Prendre **Somni⁸** pendant plusieurs jours avant le retour à l'heure avancée peut vous aider à rattraper cette heure de sommeil si importante.



Probiotiques

Protégez votre investissement

Choisir le bon probiotique est investir dans sa santé et son bien-être. La recherche sur les probiotiques a permis à notre industrie de créer des formules propres à chaque condition, chaque âge, et même chaque sexe. Les souches probiotiques spécifiques diffèrent dans les bienfaits apportés à l'hôte (vous) ; leur composition unique affecte aussi leur degré de tolérance aux acides gastriques, certaines espèces probiotiques étant plus résistants que d'autres.

Si une entreprise affirme que toutes ses souches survivent le transit intestinal sans enrobage entérique, demandez des preuves!

Toutes les capsules probiotiques de New Roots Herbal sont protégées contre les acides gastriques et les enzymes digestives avec notre revêtement naturel entérique à base d'eau. Notre enrobage entérique est formulé pour libérer les milliards d'unités formant colonies (UFC) bénéfiques dans les intestins pour leurs nombreux bienfaits thérapeutiques spécifiques au site du tractus intestinal.

Voyez l'enrobage entérique comme un moyen naturel de protéger votre investissement pour un système immunitaire fort et une santé excellente.

Mise à
jour de
produit

Analyse de notre nouvelle formule améliorée



1824-1825-1829-1832

Infla-HealPlus, parmi les plus puissantes approches naturelles contre la douleur et l'inconfort articulaires, devient meilleur. Les enzymes protéolytiques agissent en synergie dans la circulation sanguine pour décomposer les protéines non vivantes créant l'inflammation. Le puissant mélange thérapeutique d'enzymes dans **Infla-HealPlus** est efficace contre les traumatismes aigus résultant d'une blessure, et pour calmer les cellules messagères qui déclenchent l'inflammation.

Infla-HealPlus exploite la force synergique de cinq diverses enzymes, formulées avec l'action antioxydante de la rutine, de la L-cystéine et du zinc, un cofacteur essentiel aux réactions enzymatiques qui contrôlent l'inflammation chronique.

Nous avons ajouté à chaque capsule de notre nouvelle formule robuste 12 500 UA de serratiopeptidase, 10 mg de pancréatine 4x, 1 980 000 unités FCC de broméline (2400 GDU/g), et 830 000 unités FCC de papaïne. Cela fait d'**Infla-HealPlus** le chef de file de l'industrie pour le soulagement sûr, efficace et naturel de la douleur et de l'inconfort dus à l'inflammation aigüe et chronique.

Maintenant sous forme pratique de capsule à enrobage entérique nécessitant moins d'agents de remplissage et se décomposant complètement dans les intestins pour une absorption intestinale maximale, ainsi que pour une action et un soulagement rapide.



CHAQUE CAPSULE À ENROBAGE ENTÉRIQUE CONTIENT :

Enzymes pancréatiques (de *Sus scrofa*) 4x 250 mg **ÉTAIT** 240 mg **DIFFÉRENCE** +10 mg

Fournissant :

Protéase	25 000 USP	24,000 USP	+1,000 USP
Amylase	25,000 USP	24,000 USP	+1,000 USP
Lipase	2,000 USP	1,920 USP	+80 USP
Broméline (broméline de tige) (2400 UDG/g) [180 mg]	6 480 000 unités de papaïne FCC ..	4,500,000 unités ..	+1,980,000 unités
Papaïne (fruits de <i>Carica papaya</i>) [18 mg] ...	1 800 000 unités de papaïne FCC ..	970,000 unités ..	+830,000 unités
Trypsine (pancréas de <i>Sus scrofa</i>) [120 mg]	18 000 unités USP de trypsine	18,000 unités	0
Fournissant	480 unités USP de chymotrypsine	480 unités	0
Rutine (de bouton floral de <i>Sophorae japonica</i>)	85 mg	85 mg	0
Chlorhydrate de L-cystéine	10 mg	10 mg	0
Zinc (de gluconate de zinc)	2,6 mg	2,6 mg	0
Serratiopeptidase [30 000 UA]	13,63 mg	17,500 UA	+12,500 UA



Variété de champignons

Nouveaux
produits
disponibles

Le printemps 2014 marque le lancement de notre vaste sélection d'extraits de champignons thérapeutiques. Il y aurait 140 000 espèces de champignons dans le monde, dont seulement 10 % ont été classés. Cela indique un certain potentiel pour découvrir de nombreux bienfaits futurs pour la santé dans ce domaine de santé naturelle. L'ensemble du royaume fongique joue un rôle essentiel dans la décomposition de la matière végétale et animale. Leur capacité d'assimiler les éléments nutritifs pour le renouveau de la vie fait des champignons une source vierge et abondante de composés bénéfiques.

La recherche courante a identifié les composés biologiquement actifs des champignons comme étant une classe de composés intrinsèques appelés polysaccharides, dont les *bêta*-glucanes, de masse moléculaire élevée et hydrosolubles.

Les divers bienfaits des polysaccharides fongiques incluent l'activation de la réponse immunitaire, une activité antitumorale, ainsi qu'une réponse antibactérienne et antivirale. Notre sélection de champignons médicinaux est des plus étudiés dans la communauté scientifique. Ils ont de nombreuses applications thérapeutiques en commun, mais chacun a son propre profil de polysaccharides.

Nos extraits de champignons médicinaux sont validés pour la puissance et la pureté, ainsi que vérifiés pour être exempts de métaux lourds, pesticides et herbicides. De plus, les capsules sont entièrement de sources végétales.

Découvrez comment vous pouvez tirer parti des bienfaits pour la santé de la vaste gamme de champignons médicinaux de New Roots Herbal.



Maitake

Renforce le système immunitaire et aide à balancer les niveaux de glycémie.

Reishi

Augmente la performance des organes et équilibre le système nerveux.

CoriolusVersicolor

Puissant antioxydant qui augmente la santé et l'apparence de l'épiderme.

Cordyceps

Augmente l'endurance, l'énergie et l'aptitude à gérer le stress.

Lion'sMane (*Hericum erinaceus*)

Action antioxydante à gamme étendue pour une revitalisation complète du corps.

Shiitake

Augmente la résistance aux infections virales et bactériennes.



Juicy Immunité - Énergie : sûr en cas de maladie cœliaque

Expliqué par Philip Rouchotas, MSc, ND

La maladie cœliaque est une maladie gastrointestinale auto-immune déclenchée par l'exposition au gluten, une protéine présente dans le blé et d'autres céréales^[1]. Lorsque exposé au gluten, le système immunitaire produit des anticorps contre les tissus tapissant l'intestin, causant des symptômes digestifs ainsi qu'extra-intestinaux^[1]. Le test sanguin de diagnostic de la maladie cœliaque est une évaluation de la présence de l'anticorps IgA transglutaminase anti-tissu (IgA tTG), et la preuve du diagnostic est une biopsie intestinale positive^[2]. Environ 1 % de la population canadienne est atteinte de la maladie cœliaque, pour laquelle le traitement est un régime strict sans gluten, à vie^[2]. L'exposition à des quantités même infimes de gluten peut provoquer des lésions intestinales en cas de maladie cœliaque.

Le gluten appartient à une famille de protéines céréalières appelées prolamines^[2], dont la particularité est d'être riches en acides aminés glutamine et proline, ce qui peut expliquer leur immunogénicité^[2]. Le blé, l'orge et le seigle contiennent du gluten et doit être évité en cas de maladie cœliaque. L'avoine, le maïs et le riz contiennent des variétés

uniques de prolamines spécifiques à leur espèce.

Il a été maintes fois démontré que l'avoine (*Avena sativa*) peut être consommée sans danger en cas de maladie cœliaque^[3]. Elle ne contient pas de gluten mais une autre protéine prolamine, l'avénine^[4]. Bien qu'elle ressemble un peu au gluten, l'avénine a des qualités très différentes et est beaucoup plus pauvre en proline que le gluten. La consommation d'avoine par des personnes atteintes de maladie cœliaque (adultes et enfants) a été largement étudiée : contrairement au gluten, elle ne stimule pas de réponse immunitaire et n'entraîne ni production d'anticorps ni dommages à l'intestin^[1, 5-8].

Une récente étude a suivi des patients atteints de maladie cœliaque, traités à long terme, suivant un régime sans gluten, et dont 66 % consommaient de l'avoine dans le cadre normal de leur régime alimentaire, acheté d'épicerie régulières^[5]. L'apport quotidien d'avoine n'a pas causé de dommages des villosités de la muqueuse du petit intestin, d'inflammation, ou de symptômes gastrointestinaux au cours des huit ans de l'étude, et les

auteurs ont conclu que «l'ingestion à long terme d'avoine n'a pas d'effets nocifs»^[5]. Une autre étude a démontré que la consommation d'avoine sur plus de 12 semaines n'a entraîné aucune incidence sur les niveaux de fer (ferritine), ni de production d'anticorps tTG^[1].

Une autre étude, chez des enfants atteints de maladie coeliaque, a démontré que bien que l'élimination du blé conduise à l'aggravation des niveaux de tTG et d'inflammation intestinale, l'abandon de l'avoine dans l'alimentation infantile n'a eu aucune incidence sur les aggravations ou les améliorations^[6]. Enfin, une étude a révélé que la consommation d'avoine par des patients atteints de maladie coeliaque suivant un régime sans gluten n'a pas entraîné d'augmentation des anticorps anti-IgA antiavenine (avoine)^[7].

Un énoncé de position de l'Association canadienne de la maladie coeliaque indique que les patients atteints de maladie coeliaque peuvent consommer de l'avoine pure non contaminée en quantités de 50–70 g (1/2 à 3/4 tasse) d'avoine sèche roulée par jour (pour les adultes) et 20–25 g (1/4 tasse) par jour (pour les enfants)^[3].

Un produit tout simplement logique

Une question fréquente sur **Juicy Immunité - Énergie** est à propos de son positionnement sur le marché. La gamme complète d'ingrédients en fait peut-être le supplément unique à prendre pour qui veut rester en bonne santé et plein d'énergie, sans médicaments d'ordonnance.

Juicy Immunité - Énergie est une forte base nutritive offrant les propriétés antioxydantes de 9 baies et 17 extraits nutraceutiques. C'est une boisson délicieuse à base de baies, entièrement naturelle, sans sucre ajouté. C'est le produit idéal pour renforcer la performance du système immunitaire et accroître vos niveaux d'énergie.

Juicy Immunité - Énergie vous assurera d'une protection accrue contre les rhumes et la grippe, et aidera à la gestion saine de la glycémie. L'action antioxydante puissante vous donnera aussi plus de résistance contre plusieurs maladies dégénératives liées à l'âge. Les fibres d'avoine, normalisées à 22 % de bêta-glucanes, protègent le cœur et abaissent les niveaux de cholestérol LDL nuisible dans le plasma sanguin.

Une portion quotidienne unique de 17 calories permettra d'obtenir les bases nécessaires pour une excellente santé et une énergie accrue afin de maintenir un style de vie dynamique et active.



1511

1687

Références

- Sey, M.S., J. Parfitt, et J. Gregor. "Prospective study of clinical and histological safety of pure and uncontaminated Canadian oats in the management of celiac disease". *Journal of Parenteral and Enteral Nutrition* Vol. 35, No. 4 (2011): 459–464.
- Fric, P., D. Gabrovska, et J. Nevoral. "Celiac disease, gluten-free diet, and oats". *Nutrition Reviews* Vol. 69, No. 2 (2011): 107–115.
- Rashid M, et coll. "Consumption of pure oats by individuals with celiac disease: a position statement by the Canadian Celiac Association". *Canadian Journal of Gastroenterology* Vol. 21, No. 10 (2007): 649–651.
- The University of Chicago Celiac Disease Center. *FAQ: Do oats contain gluten?* Mis à jour en 2014. <http://www.cureceliacdisease.org/archives/faq/do-oats-contain-gluten> · Visité le 4 février 2014.
- Kaukinen, K., et coll. "Long-term consumption of oats in adult celiac disease patients". *Nutrients* Vol. 5, No. 11 (2013): 4380–4389.
- Koskinen, O., et coll. "Oats do not induce systemic or mucosal autoantibody response in children with coeliac disease". *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition* Vol. 48, No. 5 (2009): 559–565.
- Guttormsen, V., et coll. "No induction of anti-avenin IgA by oats in adult, diet-treated coeliac disease". *Scandinavian Journal of Gastroenterology* Vol. 43, No. 2 (2008): 161–165.
- Richman, E. "The safety of oats in the dietary treatment of coeliac disease". *The Proceedings of the Nutrition Society* Vol. 71, No. 4 (2012): 534–537.

Voici Junior New Roots

Nos produits pour enfants comblent tous les besoins nutritionnels.



Les étiquettes peuvent différer

Junior New Roots offre la nutrition dont les enfants ont besoin pour grandir forts et en santé. Chaque formule offre des bienfaits significatifs pour la santé – **en plus de goûter très bon!**

Vous pouvez maintenant acheter les deux premiers produits de la ligne : **Oméga-3** pour Enfants et **Probiotique** pour Enfants. Notre **Multi** pour Enfants suivra bientôt.

Pour plus d'informations, visitez newrootsherbal.com

New Roots
HERBAL