

240 heures de tests et de recherche chaque semaine
Notre laboratoire à temps plein emploie 1 PhD, 3 maîtres et 2 bacheliers

WildOmega 3

EPA 660 DHA 330

- Chaque gélule contient
660 mg d'AEP (EPA)
330 mg d'ADH (DHA)
- La gélule la plus concentrée approuvée
par le gouvernement sur le marché
- Source d'acide gras oméga-3 pour le
maintien d'une bonne santé. Supporte
les fonctions cérébrales et la santé
cognitive, maintient la santé cardiovas-
culaire, et réduit les triglycérides du sérum.
- NPN 80009414



Magnesium

Un supplément minéral important par les temps qui courent...

Le magnésium alimentaire provient des légumes verts, grains entiers, noix, viandes rouges, amidon et lait. Notre sol a toutefois été vidé de son magnésium; de plus, l'emploi de fertilisants au potassium ou au phosphore empêche les plantes d'assimiler correctement le magnésium.

Les suppléments de magnésium, selon la monographie de Santé Canada, sont approuvés comme facteur dans le maintien d'une bonne santé, et pour aider le métabolisme des glucides, lipides et protéines; dans le développement et le maintien des os et des dents; dans la formation des tissus; et pour aider à maintenir une bonne fonction musculaire.

Les valeurs minérales citées par Santé Canada sont les valeurs élémentaires. La monographie s'applique à toutes les formes acceptables, dont le diglycinate de magnésium. La dose recommandée est de 350 mg de magnésium élémentaire par jour pour les adultes. Une surdose peut causer de la diarrhée.

Une carence en magnésium peut avoir toutes sortes de conséquences allant

du TDAH à l'anxiété et à des désordres immunitaires; fatigue musculaire; faiblesse et crampes; hypertension, ostéoporose et désordres intestinaux dont ulcères peptiques, maladie de Crohn, colite et allergies alimentaires.

Les suppléments de magnésium sont donc importants! Le facteur critique est l'absorption réelle. Le diglycinate de magnésium est considéré comme l'une des formes les plus absorbables de magnésium, et l'acide aminé L-aurine aide encore plus à absorber et retenir ce minéral critique.

En plus d'aider l'absorption et la rétention du diglycinate de magnésium, l'acide aminé L-aurine jouerait aussi un rôle critique pour le magnésium dans le corps: «La taurine agit en régularisant les concentrations de sodium et de potassium dans les cellules et le niveau de magnésium entre les cellules».

New Roots Herbal est fier de présenter *Magnesium Bisglycinate* avec L-Taurine. Chaque capsule végétale contient 150 mg de magnésium élémentaire de 650 mg de diglycinate de magnésium de même que 30 mg de L-aurine.



D'après une recherche faite par Albion Minerals, le diglycinate de magnésium montre des taux d'absorption plus de 200 % plus élevés que les autres formes de magnésium. Leur étude démontre que l'excrétion urinaire de magnésium du chlorure (source typique de magnésium élémentaire) est aussi plus élevée que celle du magnésium de diglycinate.

Sources :

- The Way Up Newsletter, Vol. 16, 01-15-00 Priscilla Slagle M.D.
- Monographie de Santé Canada pour le magnésium
- Krispin Sullivan, CN 1997
- Albion Research Notes; Volume 12, No. 3, October, 2005

Le saviez-vous ?

Deux tasses de thé vert ou plus par jour font réduire de 28 % les risques de cancer du sein.

Slimmer System de New Roots Herbal a une charge quotidienne de 700 mg d'EGCG à 75 % – l'isolat étudié –, qui équivaut à 61 tasses de thé vert.



Une heure de sommeil additionnel par nuit peut causer une baisse de 33 % de la calcification artérielle coronaire (un indicateur de santé cardiovasculaire).

Melatonin est la solution à tous vos problèmes de sommeil.



Une étude britannique indique que les bandages ralentiraient la guérison des entorses de chevilles. Le port d'un bandage pendant 4 semaines n'a aidé le fonctionnement de la cheville qu'à 16 %, contre 29 % d'amélioration en 10 jours dans un plâtre. Le port d'un Air Cast était presque aussi efficace.

Infla-Heal Plus contient de la serratiopeptidase et des enzymes systémiques naturelles pour soulager la douleur.



LowerCholesterol



Le mot « cholestérol » fait presque peur aux occidentaux qui se soucient de leur santé. Le cholestérol est un alcool cireux et lipidique transporté dans le plasma sanguin de tous les animaux et est un composant essentiel des membranes cellulaires des mammifères. La présence de cholestérol dans la membrane cellulaire assure la perméabilité sélective, lui permettant le métabolisme essentiel à la vie. Le corps humain synthétise environ 75 % de son cholestérol, le reste provenant de l'alimentation.

LA DOSE FAIT LE POISON

Le médecin, botaniste et astrologue Paracelsus, célèbre au XVI^e siècle, a dit que « la dose fait le poison ».

Cela est vrai pour grand nombre de choses dont le cholestérol.

Le *baby boomer* moyen connaît aussi bien

son taux de cholestérol que la valeur de son actif financier. Le cholestérol total de

même que le rapport entre les lipoprotéines de haute densité (HDL) et celles de

basse densité (LDL) est le facteur de risque majeur pour l'athérosclérose, les maladies cardiaques et les AVC. La LDL excessive se dépose sur les parois artérielles pour former un dépôt qui restreint le flot sanguin, réduit l'élasticité artérielle, et peut causer des infarctus ou des AVC. La HDL peut enlever une partie de la LDL des parois artérielle et la ramener au foie où elle est détruite et éliminée.

NEW ROOTS A LA SOLUTION

New Roots Herbal a formulé Lower Cholesterol pour jouer un rôle important dans la prévention de l'athérosclérose et les maladies liées. Les ingrédients principaux de Lower Cholesterol sont des phytostérols

et du guggulu. Les phytostérols sont un groupe d'alcool stéroïdes naturellement présents dans les plantes. Ils peuvent bloquer les sites récepteurs dans les intestins et prévenir l'absorption de la LDL (mauvais cholestérol). Les suppléments alimentaires de phytostérols réduisent l'absorption du cholestérol alimentaire. Une étude publiée dans le magazine *Food Technology* indique que la consommation quotidienne de 2 g de phytostérols peut réduire les risques de maladies cardiaques jusqu'à 25 % (Hicks 2001). L'extrait d'écorce de guggulu (*Commiphora mukul*) est l'ingrédient complémentaire aux phytostérols avec une riche tradition en médecine ayurvédique.

L'extrait, appelé guggulipide, a trois mille

ans d'histoire et était considéré

comme une panacée avec

des effets thérapeutiques

allant du retardement

de l'ostéoporose

à l'amélioration

de la circulation

sanguine. En

médecine

moderne, le

guggulu s'est

aussi avéré

avoir un effet

positif sur le

métabolisme

du foie. Des

études faites aux

États-Unis (Univer-

sity of Texas et Baylor

College) ont déterminé

que l'extrait de guggulu bloque

l'activité d'un récepteur des cellules hépa-

tiques (le récepteur farnésioïde X) permet-

tant la conversion de cholestérol excé-

dentaire en acides biliaires pour excré-

tion. D'autres études indiquent des réductions

de niveau de cholestérol de 14 à 27 % et

du niveau de triglycérides de 22 à 30 %

chez les sujets traités avec du guggulipide

(Nityanand *et al.*, 1989).

L'huile d'olive extra vierge complète

la formule de Lower Cholesterol avec

ses effets bénéfiques sur le cholestérol

sanguin et sa biodisponibilité générale.

Laissez Lower Cholesterol de New Roots

Herbal balancer vos niveaux de lipides !

Choisir...

Une vie active et un régime bien équilibré sont les deux éléments les plus importants pour maintenir de bons niveaux de cholestérol. Il est démontré que l'exercice stimule la production d'HDL et améliore la proportion de bon cholestérol. Les nord-américains en général consomment trop de viande et produits laitiers, riches en gras saturés et donc en LDL. Choisir un régime riche en lipides monoinsaturés végétaux comme l'huile d'olive et les amandes peut influencer positivement sur le cholestérol sanguin.

A close-up photograph of a woman with long, wavy blonde hair, smiling warmly as she looks down at a baby. The baby is wrapped in a white blanket and is lying in her arms. The background is softly blurred, suggesting an indoor setting with natural light.

Les probiotiques aideraient à retarder l'obésité postpartum

par Anthony J. Brown, MD, via Reuters

Les femmes enceintes qui prennent des suppléments de probiotiques dès le premier trimestre sont moins à risque de développer de l'obésité centrale après la naissance de leur bébé, selon une nouvelle étude.



ACIDOPHILUS ULTRA contient 10 probiotiques spéciaux complémentaires. Chaque culture probiotique fournit un bienfait spécial, chacune à un endroit spécifique le long des intestins, et l'enrobage entérique spéciale PH⁵D assure que les 11 milliards de bonnes cellules arrivent vivantes, saines et actives après avoir survécu aux acides gastriques.

L'obésité centrale est définie comme un IMC de 30 ou plus et un tour de taille de plus de 80 centimètres, environ 31 1/2 pouces.

Un an après l'accouchement, 25 % des femmes prenant des probiotiques et des conseils nutritionnels avaient de l'obésité centrale selon cette définition, contre 43 % de celles n'ayant eu que les conseils.

Ces résultats ont été dévoilés au Congrès européen sur l'obésité, tenu du 6 au 9 mai 2009 à Amsterdam, aux Pays-Bas.

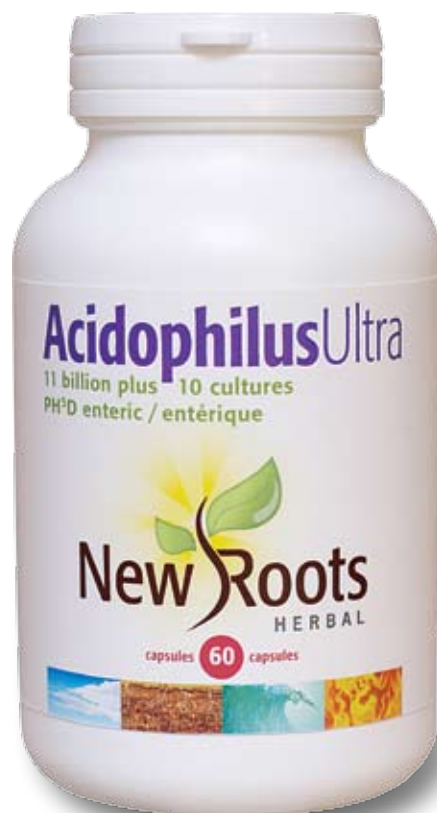
«C'est la première étude montrant qu'une diète additionnée de probiotiques pendant la grossesse et l'allaitement influence l'adiposité des femmes pendant les 12 mois de la période postpartum», selon Kirsi Laitinen, de l'Université de Turku, en Finlande.

Ces résultats émanent d'une étude sur 256 femmes enceintes qui ont reçu des capsules probiotiques et des conseils diététiques, ou des capsules placebo et des conseils diététiques, ou des capsules placebo sans conseils diététiques. Les capsules probiotiques, contenant *Lactobacillus* et *Bifidobacterium*, ont continué jusqu'à 6 mois après l'accouchement jusqu'à ce que la femme cesse l'allaitement exclusif.

Les pourcentages de femmes avec obésité centrale après 1 an étaient 25 %, 43 % et 40 % dans les groupes probiotiques, conseils seuls, et pas de probiotiques mais conseils, respectivement. Les pourcentages de gras corporel correspondants étaient de 28 %, 29 % et 30 %.

Laitinen note qu'une contrainte de l'étude était «le manque de référence de la mesure du tour de taille, qui n'était pas possible de faire sur les femmes enceintes».

La modification de la flore intestinale par les probiotiques «combinée à une diète équilibrée peut offrir une méthode raisonnablement économique, sûre et possiblement efficace à utiliser avec d'autres facteurs reliés au style de vie pour contrôler l'obésité», dit la chercheuse – qui admet que des études supplémentaires devront confirmer ces résultats.



ACIDOPHILUS ULTRA et ses bienfaits multiples : il nettoie, protège, aide à digérer les protéines, stimule et fortifie le système immunitaire et regarnit complètement votre système gastro-intestinal.

La moisson



Historiquement, peu de pays du monde peuvent se fier autant que le Canada sur la riche moisson qu'apportent les mois d'août et septembre. Ce n'est pas une coïncidence que l'excellent album de 1972 de Neil Young – jugé « meilleur album canadien de tous les temps » par certains – s'appelle *Harvest* (« moisson »). La qualité des fruits et légumes canadiens est inégalée du côté de la variété et de la valeur nutritive. Les microclimats du pays et le grand nombre de types de sols fournit une pléthore de produits agricoles. Le seul dilemme est la durée de la moisson : rien ne se compare aux asperges, bleuets, maïs, patates, pêches, radis, carottes, concombres, tomates, etc. cultivés localement pour leur saveur et leur fraîcheur, mais la durée de disponibilité est très brève.

Plusieurs défis affectent la biodiversité de notre moisson ; mentionnons notamment l'émergence du maïs comme source d'énergie alternative et la déplacement consécutif des champs de notre assiette à la pompe à essence. Il est aussi ironique que les fruits et

légumes que nous produisons périraient dans les champs si ce n'était des milliers de travailleurs saisonniers venus d'Amérique Centrale, malgré un taux de chômage qui approche les deux chiffres.

NOURRIR L'ESPRIT

Les quelque huit mois restants, nous « savourons » des fruits et légumes cueillis avant d'être mûrs et qui ont voyagé des jours ou des semaines avant d'arriver à l'épicerie, devenus de pâles répliques vides de vitamines et saveur à peine dignes d'être appelés garnitures. Au risque de paraître cynique, c'est un incroyable réseau de fermiers, cueilleurs saisonniers, camionneurs, grossistes, épiciers, et même volontaires pour la mise en sacs pour une bonne cause, qui nous nourrissent tous les jours. Encouragez l'agriculture biologique locale lorsque possible : la prochaine fois que vous passerez à la campagne et verrez un panneau disant « les fermiers nourrissent les villes », klaxonnez en reconnaissance !



Activités des enzymes digestives dans la formule Plant Digestive Enzyme



Nous aimerions souligner le fait que notre produit Plant Digestive Enzymes a toujours fourni et continuera de fournir 263,25 unités de dipeptidyl peptidase-4 (DPP-IV) par capsule. C'est une enzyme associée avec la digestion du gluten, la régularisation du système immunitaire, le transfert des signaux et l'apoptose qui suscite beaucoup d'intérêt depuis quelque temps.

Il existe plusieurs façons d'indiquer l'activité des enzymes et la même enzyme peut fournir différents types d'activité : par exemple, découper les particules de lait ou celles de gélatine, tout comme une hache peut couper un chêne ou un pin. Nous n'avons jamais indiqué l'activité DPP-IV de nos produits, mais le ferons maintenant. Notez que la plupart de nos concurrents d'indiquent pas l'activité DPP-IV de leurs produits.

Pour maintenir le processus digestif, cette enzyme unique détruit spécifiquement les peptides difficiles à digérer contenant de la proline de même que le gluten, qui proviennent généralement de produits laitiers ou de céréales.



NUTRITION TOUTE L'ANNÉE

La nutrition est le fait de fournir aux cellules et organismes les matériaux nécessaires au maintien de la vie. La sécurité de l'approvisionnement alimentaire canadien est la responsabilité partagée des gouvernements, de l'industrie et des consommateurs. L'indication de la valeur nutritive des produits traités est devenu un outil indispensable nous permettant de faire des choix intelligents. Il est impossible de tester la valeur nutritive de toute la nourriture que nous consommons. Avec l'information et les choix disponibles, une bonne nutrition se base sur nous en tant que consommateurs.

SUPPLÉMENTS TESTÉS

New Roots Herbal a environ 300 produits formulés pour traiter des maladies spécifiques, améliorer la réponse immunitaire, soutenir certaines fonctions des organes, et combler nos besoins généraux en vitamines et nutriments. Les matériaux bruts sont acquis de par le monde et rigoureusement testés pour leur qualité. Plusieurs produits sont disponibles pour garantir que votre famille et vous comblez vos besoins nutritionnels. La famille de produits « greens » en fait partie, fournissant plus de 10 milliards de probiotiques par portion pour

assurer que nutrition et digestion soient bonnes à l'année. La vaste gamme de suppléments vitaminiques de New Roots Herbal peut combler toute lacune, avec notamment VITAMIN C⁸, supplément de vitamine et minéraux tamponnés avec une biodisponibilité inégalée dans l'industrie.

Surveillez nos nouveaux produits cet automne formulés pour une nutrition supérieure, naturellement.