

Vitamine C8 : cette formule unique en son genre offre 8 différentes formes de vitamine C tamponnée pour une tolérance digestive maximale, une rétention optimale et une meilleure biodisponibilité. Cette formule complète associe la vitamine C à des ascorbates de minéraux très concentrés, et fournit des nutraceutiques destinés à renforcer leurs actions et leurs bienfaits. L'intérêt de **Vitamine C8** est de procurer un effet graduel grâce aux différentes cinétiques des ascorbates, avec une action sur l'organisme répartie sur plusieurs heures (entre 4 et 8, suivant les personnes).

Ingrédients: l-ascorbate de calcium, l-ascorbate de magnésium, acide l-ascorbique, l-ascorbate de potassium, l-ascorbate de zinc, extrait de feuilles de thé vert (*Camellia sinensis*), extrait de mélange de baies, bioflavonoïdes d'agrumes, 6-palmitate de l-ascorbyle, quercétine, rutine (de *Styphnolobium japonicum*), extrait de canneberge (*Vaccinium macrocarpon*), extrait de pépins de raisin (*Vitis vinifera*), l-ascorbate de sodium, anti-agglomérants: sels de magnésium d'acides gras végétales et dioxyde de silicium, ascorbate de manganèse, extrait de myrtille (*Vaccinium myrtillus*), extrait de renouée du Japon (*Fallopia japonica*), broméline (de tige d'*Ananas comosus*), pipérine (de poivre noir *Piper nigrum*), l-sélénométhionine, papaine (de *Carica papaya*), capsule végétale (agent d'enrobage: hydroxypropylméthylcellulose; eau purifiée).

Déclaration nutritionnelle:

2 capsules (1 994 mg)

| | |
|---|-------------------|
| Vitamine C | 1 054mg (1 318%*) |
| Zinc | 18 mg (180%*) |
| Manganèse | 3,1 mg (156%*) |
| Sélénium | 30 µg (55%*) |
| Bioflavonoïdes d'agrumes (50% d'héspéridine) | 40 mg |
| Quercétine | 40 mg |
| Rutine (<i>Styphnolobium japonicum</i>) | 40 mg |
| Thé vert (75% d'EGCG) | 60 mg |
| <i>Fallopia japonica</i> (50% de resvératrol) | 20 mg |
| Multianthocyanidines 20% (mélange de baies) | 50 mg |
| Bilberry (25% anthocyanosides) | 20 mg |
| Pépins de raisin (95% de proanthocyanidines) | 40 mg |
| Canneberge (<i>Vaccinium macrocarpon</i>) (107:1) | 40 mg |
| Pipérine (de poivre noir <i>Piper nigrum</i>) | 2 mg |
| Broméline (d' <i>Ananas comosus</i>) (2 400 GDU/g) (10 mg) | 360 000 FCC PU |
| Papaine (from <i>Carica papaya</i>) | 100 000 FCC PU |

*VNR: Valeurs Nutritionnelles de Référence en %
FCC: Food Chemicals Codex; PU: Unités de papaine

Ne contient pas agents de conservation arôme ou colorant artificiels, sucre, lait ou produits laitiers, blé, soja ou levure.

Format:

45 et 90 capsules végétales

Dose journalière recommandée:

1 capsule deux fois par jour avec de la nourriture.

Indications et utilisations:

Plusieurs études ont montré que les ingrédients de **Vitamine C8** peuvent être utiles dans les cas suivants: Périodes d'efforts physiques (sport) ou psychiques, fatigue (asthénie printanière, convalescence, anémie ferriprive) et situations entraînant une hausse du stress oxydatif (stress, tabagisme, certaines pathologies chroniques, etc.). Entretien des tissus conjonctifs, des muscles, des vaisseaux sanguins, des os (cicatrisation, fractures osseuses...), des dents, du système immunitaire (infections virales et bactériennes), et protection contre les saignements non spécifiques (gingivites, stomatites...).

Précautions d'utilisation:

Ne pas utiliser en cas de grossesse, d'allaitement, ou de traitement anticoagulant, antibiotique ou sédatif. Consulter un professionnel de santé avant utilisation dans les cas suivants : hypertension ; troubles ou symptômes hépatiques (tels que douleurs abdominales, urine foncée ou ictère) ; antécédents de lithiase rénale ; lésions ou ulcères gastroduodénaux ; prise d'anti-inflammatoires ou autre traitement à base d'enzymes ; intervention chirurgicale ; suivi d'un traitement pharmaceutique ; carence en fer ; traitement contre l'hypertension ; prise de produits ou de traitements de santé naturelle. Interrompre l'utilisation si des signes d'allergie ou des symptômes gastro-intestinaux se manifestent. Consulter un professionnel de santé avant utilisation en cas d'allergie au latex ou aux fruits (notamment avocat, banane, châtaigne, fruit de la passion, figue, melon, mangue, kiwi, ananas, pêche ou tomate). Une hypersensibilité ou une allergie peuvent se manifester ; dans ce cas, interrompre l'utilisation.

VITAMINE C: cette vitamine n'est pas produite par le corps, et doit donc être ingérée chaque jour en quantité suffisante avec des fruits et légumes ou sous forme de complément alimentaire. Elle joue un rôle important pour la santé humaine en contribuant à protéger les cellules des lésions oxydatives. Cela limite le développement et la chronicité de certaines maladies cardiovasculaires, neurologiques, ostéoarticulaires, métaboliques (diabète), et du cancer. En ce qui concerne la santé cardiovasculaire plus précisément, la vitamine C empêche l'oxydation du cholestérol LDL et prévient les lésions oxydatives aux parois des vaisseaux sanguins. Elle contribue donc à faire baisser la tension artérielle, à réduire le risque de coagulation et à renforcer l'endothélium vasculaire et capillaire. En lien avec d'autres antioxydants, elle joue un rôle majeur dans la santé oculaire en retardant la dégénérescence maculaire et la perte d'acuité visuelle dues au vieillissement ⁽¹⁻⁴⁾.

La vitamine C renforce le système immunitaire en augmentant le nombre de ses cellules. Elle a un effet avéré sur la réduction des symptômes et la durée du rhume. Elle profite aussi aux tissus conjonctifs, puisqu'elle contribue à la formation du collagène, un ensemble de fibres structurales indispensables au bon fonctionnement des os, des dents, des cartilages, des gencives, de la peau et des vaisseaux sanguins. Elle participe également à la synthèse des neurotransmetteurs et des hormones nécessaires à l'activité nerveuse et psychique ⁽³⁻⁶⁾.

La vitamine C contribue par ailleurs à la production de l'énergie cellulaire, réduit la fatigue et favorise l'absorption du fer présent dans les plantes. Elle s'avère donc importante pour les végétariens et les véganes. Les sportifs en bénéficient, car elle est un cofacteur de la carnitine qui augmente la capacité cardiaque. Elle favorise aussi la réponse immunitaire pendant et après un exercice physique intense ^(4,6-8).

VITAMIN C8 offre un complexe de vitamine C qui associe 7 ascorbates minéraux et du palmitate d'ascorbyle (vitamine C liposoluble) pour optimiser son absorption. Ces formes tamponnées et non acidifiantes de la vitamine C sont bien supportées par l'estomac, et métabolisées de manière progressive dans le corps. VITAMIN C8 apporte donc, en plus et en doses physiologiques : du calcium, du magnésium, du potassium, du zinc, du manganèse, du sélénium, du manganèse et du sodium, ce qui en fait une bonne source d'électrolytes ⁽⁹⁻¹¹⁾.

- **Ascorbate de calcium:** la supplémentation en ascorbate de calcium accroît la concentration de vitamine C dans les leucocytes, ce qui les rend plus efficaces.
- **Ascorbate de magnésium:** combiné à l'acide ascorbique, le magnésium favorise l'élasticité des vaisseaux sanguins, et ainsi réduit le risque de maladie cardiovasculaire.
- **Ascorbate de potassium:** le potassium est un minéral indispensable à l'équilibre électrolytique au sein des cellules, lequel est fondamental pour l'activité cardiaque.
- **Ascorbate de zinc:** le zinc joue un rôle important pour l'immunité et réduit le risque, la durée et la gravité de certaines pathologies infectieuses.
- **Ascorbate de sodium:** il s'agit d'une forme tamponnée de sodium, mieux absorbée que la forme acide.
- **Ascorbate de sélénium:** combiné à la vitamine C, le sélénium renforce le système immunitaire et réduisant notamment les symptômes associés au rhume.
- **Ascorbate de manganèse:** le manganèse est indispensable au développement des os et des cartilages. Il est également lié au système nerveux et au cerveau. Son utilité pour le système immunitaire ainsi que ses propriétés antioxydantes sont bien établies.
- **Palmitate d'ascorbyle:** une forme de vitamine C liposoluble qui protège de l'oxydation les membranes cellulaires, les lipoprotéines LDL et la vitamine E.

BIOFLAVONOÏDES D'AGRUMES, QUERCÉTINE et RUTINE: les flavonoïdes sont généralement de puissants antioxydants bénéfiques à la santé cardiovasculaire (état des vaisseaux sanguins), à l'activité immunitaire (asthme, allergies) et pour divers processus inflammatoires. Il est prouvé que les bioflavonoïdes d'agrumes augmentent la biodisponibilité de la vitamine C de 35 % ^(1,2,11).

EXTRAIT DE THÉ VERT (75 % d'EGCG): il s'agit d'un extrait particulièrement puissant (chaque capsule équivaut à 3 tasses de thé vert), comportant 75 % de gallate d'épigallocatechine, le principe actif de cette plante responsable d'une grande partie de ses bienfaits. C'est un antioxydant efficace contre le stress oxydatif et, par extension, les processus inflammatoires. Les études associent cette plante à la prévention des maladies cardiovasculaires, des troubles glycémiques, de l'obésité, du cancer, de la maladie d'Alzheimer et de la maladie de Parkinson ^(12,13).

MÉLANGE DE BAIES (20 % de multianthocyanidines), EXTRAIT DE MYRTILLE (20 % d'anthocyanidines), EXTRAIT DE PÉPIN DE RAISIN (95 % de proanthocyanidines), EXTRAIT DE CANNEBERGE (107 :1): Les proanthocyanidines, les anthocyanidines et les cyanidines sont des flavonoïdes qui présentent une forte capacité antioxydante. Ils neutralisent notamment l'oxydation des lipoprotéines (LDL), et réduisent le risque thrombotique. Les flavonoïdes concentrés dans VITAMIN C8 ont aussi des propriétés anti-inflammatoires, antiallergiques, antiplaquettaires, antivirales et anticancérigènes, ainsi que de stabilisation des tissus conjonctifs. Ils favorisent la santé vasculaire et la formation du collagène, et jouent un rôle essentiel dans le traitement des varices et des contusions. L'extrait de myrtille est un antioxydant associé à la vision. L'extrait de pépin de raisin est riche en polyphénols et en tanins condensés (proanthocyanidine), dont l'effet sur l'insuffisance veineuse et les œdèmes est démontré. La canneberge hautement concentrée a des propriétés antioxydantes, anti-inflammatoires et antibactériennes.

RESVÉRATROL: ce polyphénol est extrait de la racine de la renouée du Japon (*Polygonum cuspidatum*), principale source naturelle d'un resvératrol particulièrement pur. Ses bienfaits visent entre autres la santé cardiovasculaire et la longévité ⁽¹⁴⁾.

EXTRAIT DE POIVRE NOIR (95 % de pipérine): la pipérine est un alcaloïde qui améliore la biodisponibilité des autres principes actifs et donc accentue l'effet thérapeutique de VITAMIN C8 ⁽¹⁵⁾.

BROMÉLINE (2400 UDG) et PAPAÏNE (100,000 UP FCC): La broméline, issue de l'ananas, et la papaïne, de la papaye, sont des enzymes protéolytiques essentielles pour la digestion des protéines. Elles augmentent la biodisponibilité des divers ascorbates de VITAMIN C8, et présentent une activité anti-inflammatoire attestée ^(16,17).

Références:

- 1) Gorton, H. C., & Jarvis, K. (1999). The effectiveness of vitamin C in preventing and relieving the symptoms of virus-induced respiratory infections. *Journal of manipulative and physiological therapeutics*, 22(8), 530-533.
- 2) Wintergerst, E. S., Maggini, S., & Hornig, D. H. (2006). Immune-enhancing role of vitamin C and zinc and effect on clinical conditions. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 50(2), 85-94.
- 3) Pino Alfonso, P. P., Gassiot Nuño, C., Rodríguez Vázquez, J. C., Páez Prats, I., Gundián González, J., & Verdecia Rodríguez, M. (2000). Uso de la vitamina C en el carterro común. *Acta med. Hosp. Clin. Quir. Hermanos Ameijeiras*, 9(1), 90-95.
- 4) Barbany Cairó, J. R., & Javierre Garcés, C. (2006). Suplementación en vitamina C y rendimiento deportivo (I). *Archivos de medicina del deporte*, 23(111), 49-59.
- 5) Hernández Ramos, F. (2007). *Antienvejecimiento con nutrición ortomolecular*. Edit. RBA-Integral, Barcelona, 2ª Edición, 236-253;
- 6) Duffy, S., Gokce, N., Holbrook, M., Huang, A., Frei, B., Keaney, J. F., & Vita, J. A. (1999). Treatment of hypertension with ascorbic acid. *The Lancet*, 354(9195), 2048-2049.
- 7) Valdés, F. (2006). Vitamina C. *Actas dermo-sifiliográficas*, 97(9), 557-568.
- 8) Moyad, M. A., Combs, M. A., Vrablic, A. S., Velasquez, J., Turner, B., & Bernal, S. (2008). Vitamin C metabolites, independent of smoking status, significantly enhance leukocyte, but not plasma ascorbate concentrations. *Advances in therapy*, 25(10), 995-1009.
- 9) Laurant, P., Hayoz, D., Brunner, H., & Berthelot, A. (2000). Dietary magnesium intake can affect mechanical properties of rat carotid artery. *British Journal of Nutrition*, 84(05), 757-764.
- 10) Perricone, N., Nagy, K., Horvath, F., Dajko, G., Uray, I., & Nagy, I. Z. (1999). The hydroxyl free radical reactions of ascorbyl palmitate as measured in various in vitro models. *Biochemical and biophysical research communications*, 262(3), 661-665.
- 11) Vinson, J. A., & Bose, P. (1988). Comparative bioavailability to humans of ascorbic acid alone or in a citrus extract. *The American journal of clinical nutrition*, 48(3), 601-604.
- 12) Zaveri, N. T. (2006). Green tea and its polyphenolic catechins: medicinal uses in cancer and noncancer applications. *Life sciences*, 78(18), 2073-2080.
- 13) Food Supplements Europe. (2013). Vitamin C, Epigallocatechin gallate. Facts about vitamins, minerals and other food components with health effects.
- 14) Gambini J, et al. Resveratrol: distribución, propiedades y perspectivas. *Rev Esp Geriatr Gerontol*. 2013;48:79-88;
- 15) Atal, C. K., Dubey, R. K., & Singh, J. (1985). Biochemical basis of enhanced drug bioavailability by piperine: evidence that piperine is a potent inhibitor of drug metabolism. *Journal of Pharmacology and Experimental Therapeutics*, 232(1), 258-262.
- 16) Hung, T. H., Chang, Y. M., Sung, H. Y., & Chang, C. T. (2002). Purification and characterization of hydrolase with chitinase and chitosanase activity from commercial stem bromelain. *Journal of agricultural and food chemistry*, 50(16), 4666-4673.
- 17) Yogiraj, V., Goyal, P. K., Chauhan, C. S., Goyal, A., & Vyas, B. (2014). Carica papaya Linn: an overview. *International Journal of Herbal Medicine*, 2(5), 01-08.