

**VITAMINE E<sup>8</sup>**: formule complète à base des 8 composés naturels de la vitamine E: D-alpha, bêta, gamma et delta **des tocophérols** et des **tocotriénols**. Les tocotriénols sont considérés comme les composants les plus actifs de la vitamine E en raison de leur capacité à pénétrer à l'intérieur des cellules. Vitamine E<sup>8</sup> comporte aussi des stérols, des **squalènes**, des antioxydants et des modulateurs immunitaires aux effets très positifs sur l'organisme.

L'activité antioxydante de la vitamine E (tocophérols et tocotriénols) et ses effets sur le système immunitaire sont renforcés par les stérols (surtout le bêta-sitostérol) et les squalènes.

Cette nouvelle formule de vitamine E est à base de soja et de tournesol garantis sans OGM. Son extraction est réalisée par distillation moléculaire, sans utilisation de solvant.

**Ingrédients:** D-*alpha*-tocophérol Vitamine E naturelle (de tournesol *Helianthus annuus*), huile de tournesol (*Helianthus annuus*), tocophérols mixtes (vit. E), épaississant: cire d'abeille, squalène (d'huile d'olive *Olea europaea*), stérols végétaux, gélifiant: lecithine de tournesol, huile de fruit de palme *Elaies guineensis* (tocotriénols), gélule (agent d'enrobage: gélatine; colorant: caramel ordinaire, humectants: eau purifiée et glycérol).

#### Déclaration nutritionnelle:

#### 1 gélule (950 mg)

Vitamine E naturelle (de tournesol) (D- <i>alpha</i> -tocophérol) (400 UI/gélule)	268 mg $\alpha$ -TE (2 233%*)
Huile de tournesol	125 mg (**)
Tocophérols mixtes	53 mg
<i>gamma</i> -Tocophérols	45-60%
<i>delta</i> - Tocophérols	13-25%
D- <i>alpha</i> - Tocophérols	7-14%
<i>beta</i> - Tocophérols	0,5-2%
Squalène ( <i>Olea europaea</i> )	45 mg (**)
Stérols végétaux ( <i>bêta</i> -sitostérols, campestérols, stigmastérols)	20 mg (**)
Tocotriénols	3,16 mg (**)
<i>gamma</i> - Tocotriénols	30-46%
D- <i>alpha</i> - Tocotriénols	24-30%
<i>delta</i> - Tocotriénols	10-20%
<i>beta</i> - Tocotriénols	2-4%

\*VNR: Valeurs Nutritionnelles de Référence en %

#### Format:

120 gélules

#### Dose journalière recommandée:

1-2 gélules par jour avec de la nourriture.

La consommation d'une quantité de stérols végétaux ajoutés supérieure à 3 grammes par jour doit être évitée.

#### Indications et utilisations:

Plusieurs études ont montré l'influence positive de la vitamine E et des bêta-sitostérols sur la santé de la prostate et des seins, ainsi que sur le taux de cholestérol.

Elle protège de la pollution environnementale, a des effets positifs sur la peau et la circulation vasculaire, contribue à la prévention et au traitement des maladies cardiaques, et favorise la cicatrisation des tissus. Elle soulage les troubles prémenstruels, réduit la tension et la gêne éprouvées par les femmes dans les seins en période prémenstruelle, et régule le flux menstruel. Son efficacité contre les bouffées de chaleur et les maux de tête pendant la ménopause est bien établie. Elle est également utile contre la stérilité et les troubles nerveux.

#### Précautions d'utilisation:

Ne pas utiliser en cas d'allergie aux graines de tournesol. Consulter un professionnel de santé avant utilisation en cas de grossesse ou d'allaitement, de cancer, de maladie cardiovasculaire, de diabète, ou de prise d'anticoagulants. Ce produit est destiné aux personnes qui ont besoin de contrôler leur taux de cholestérol. Les patients suivant un traitement hypocholestérolémiant ne doivent consommer ce produit que sous contrôle médical. Ce produit peut ne pas convenir aux femmes enceintes et aux enfants de moins de 5 ans. Son utilisation doit se faire dans le cadre d'une alimentation équilibrée et variée, avec une consommation régulière de fruits et légumes permettant d'entretenir le taux de caroténoïdes.

**VITAMINE E:** c'est une vitamine liposoluble, considérée comme le **principal antioxydant intracellulaire** qui protège les tissus des radicaux libres et qui ralentit la dégradation cellulaire. La vitamine E lutte contre le vieillissement précoce de la peau. Elle prévient la dégradation des acides gras saturés et de la vitamine A, et les empêche de se combiner à d'autres substances potentiellement toxiques pour l'organisme <sup>(1-3)</sup>.

En entrant en contact avec l'oxygène, elle évite sa conversion en peroxyde toxique, débarrasse le sang des radicaux libres, et améliore ainsi la circulation et le transport de l'oxygène <sup>(6,7)</sup>.

La vitamine E renforce par ailleurs la structure du collagène dans les artères, favorise leur élasticité, et autorise par conséquent un plus grand flux sanguin vers le cœur. Cela réduit la formation de caillots et de dépôts gras. Or le bon état des vaisseaux sanguins permet au système immunitaire de fonctionner de façon optimale <sup>(1,4)</sup>.

La vitamine E est indispensable à la formation des structures cellulaires. Elle peut moduler l'activité des cellules et stimuler la résistance naturelle du corps. Elle favorise la production d'anticorps grâce à l'activation des lymphocytes T. La vitamine E protège aussi les autres antioxydants tels que la vitamine C, le sélénium et les vitamines B, et les rend donc plus efficaces <sup>(5)</sup>.

En l'occurrence, les tocotriénols préviennent le durcissement des artères en empêchant l'oxydation des lipoprotéines de basse densité (LDL) qui constitue l'un des déclencheurs de l'athérosclérose. Les tocotriénols ralentissent également une enzyme hépatique qui joue un rôle clé dans la synthèse du cholestérol <sup>(1,2,4)</sup>.

#### Références:

- 1) Burton, G. W., & Traber, M. G. (1990). Vitamin E: antioxidant activity, biokinetics, and bioavailability. *Annual review of nutrition*, 10(1), 357-382.
- 2) Traber, M. G., & Atkinson, J. (2007). Vitamin E, antioxidant and nothing more. *Free Radical Biology and Medicine*, 43(1), 4-15.
- 3) Wolf, G. (2005). The discovery of the antioxidant function of vitamin E: the contribution of Henry A. Mattill. *The Journal of nutrition*, 135(3), 363-366.
- 4) Yusuf, S., Dagenais, G., Pogue, J., Bosch, J., & Sleight, P. (2000). Vitamin E supplementation and cardiovascular events in high-risk patients. The Heart Outcomes Prevention Evaluation Study Investigators. *The New England journal of medicine*, 342(3), 154-160.
- 5) Institute of Medicine (US) Panel on Dietary Antioxidants and Related Compounds. *Dietary Reference Intakes for Vitamin C, Vitamin E, Selenium, and Carotenoids*. Washington (DC): National Academies Press (US); 2000. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK225483/> doi: 10.17226/9810, 529.
- 6) Hosomi, A., Arita, M., Sato, Y., Kiyose, C., Ueda, T., Igarashi, O., ... & Inoue, K. (1997). Affinity for  $\alpha$ -tocopherol transfer protein as a determinant of the biological activities of vitamin E analogs. *FEBS letters*, 409(1), 105-108.
- 7) Azzi, A. (2007). Molecular mechanism of  $\alpha$ -tocopherol action. *Free Radical Biology and Medicine*, 43(1), 16-21.