



## Acétyl L - carnitine

Pureté garantie supérieure à 99 %

Pour stimuler la production de l'énergie cellulaire

	1 unité	3 + 1 gratuite
500 mg / 60 comprimés	26,00 €	78,00 €

### PRINCIPALES INDICATIONS :

Trouble visuel, Dégénérescence cérébrale, Dépression, Diabète, Performances sportives

L'acétyl-L - carnitine approvisionne les cellules en carnitine, un carburant qui leur est nécessaire pour fonctionner.

Certaines cellules de l'organisme, telles que celles des muscles ou du coeur ou bien encore les cellules du système nerveux, donc du cerveau, sont connues pour avoir des besoins énergétiques plus importants que les autres.

L'acétyl-L - carnitine est de fait tout indiquée pour l'amélioration des **performances sportives**, mais aussi dans les **troubles visuels**, la **dégénérescence cérébrale**, la **dépression** ou le **diabète**.

### Le plus produit

L'acétyl L - carnitine fournit une source de carnitine biologiquement active, directement utilisable par les cellules.

### Composition

#### INGRÉDIENTS :

Pour 2 comprimés : 1000 mg d'extrait purifié d'acétyl L - carnitine (ALC), pureté 99 % min.

#### AUTRES INGRÉDIENTS :

Édulcorant (E420i) : sorbitol, dextrose, épaississant (E460i) : cellulose microcristalline, fructo-oligosaccharides, anti-agglomérant (E470b) : stéarate de magnésium, arôme citron.

#### ALLERGÈNES :

Ce produit ne contient pas d'allergènes (selon Règlement (UE) N° 1169/2011) ni d'organismes génétiquement modifiés.

#### FABRICATION ET GARANTIE DE QUALITÉ :

Ce complément alimentaire est fabriqué par un laboratoire aux normes BPF. Les BPF sont les Bonnes Pratiques de Fabrication en vigueur dans l'Industrie Pharmaceutique européenne) (en anglais GMP : Good Manufacturing Practice). La teneur en principe actifs est garantie par des analyses régulières, consultables en ligne.

## Utilisation

---

### CONSEILS D'UTILISATION :

2 comprimés par jour à croquer ou à sucer, à prendre 30 à 60 minutes avant de commencer l'exercice. Les jours de repos prendre 1 comprimé le matin et 1 comprimé l'après midi.

### PRÉCAUTIONS D'EMPLOI :

Une consommation excessive peut avoir des effets laxatifs. Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes. Ne pas dépasser de la dose journalière recommandée.

### AVERTISSEMENT :

Ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. En cas de traitement médical, prendre conseil auprès de votre thérapeute. Réservé à l'adulte. Ne pas laisser à la portée des enfants.

### INSTRUCTIONS DE STOCKAGE :

À conserver au frais, au sec et à l'abri de la lumière.

## Informations détaillées

---

L'acétyl L - carnitine est la forme biologiquement active de l'acide aminé L - carnitine. Elle est synthétisée par le foie et les reins à partir de la lysine et de la cystéine et a un rôle très important dans la régénération cellulaire et la santé de plusieurs organes. Sa production, qui nécessite à la fois l'intervention du fer et de nombreuses vitamines (C, B5, B6, B8 et B9), est toutefois souvent compromise. D'où l'intérêt d'une supplémentation.

L'acétyl L - carnitine est tout d'abord un produit anti-âge du plus grand intérêt. En facilitant le transport des acides gras dans les mitochondries, qui sont comme les centrales énergétiques des cellules, elle optimise la transformation de ces derniers en énergie et en muscles. Mais c'est particulièrement en conjonction avec l'acide alpha lipoïque et la co-enzyme Q10 que ses effets anti-âge sont les plus étonnants. L'acétyl L - carnitine renforce, en effet, l'action de ces derniers dans le maintien des fonctions de la mitochondrie et permet ainsi d'augmenter la production d'énergie dans toutes les cellules du corps.

Le cerveau est particulièrement concerné par l'action protectrice de l'acétyl L - carnitine. Le vieillissement cause, en effet, des altérations dans le métabolisme des cellules cérébrales, or l'acétyl L - carnitine prévient plusieurs de ces mécanismes de dégénérescence. Les effets les plus apparents sont une amélioration de l'attention, de la concentration, des réflexes et de la coordination visuelle. L'acétyl L - carnitine limite également les symptômes de la dépression, de même qu'elle atténue les effets liés au vieillissement (état émotionnel, mémoire défaillante, baisse d'attention...). Elle retarde par ailleurs la détérioration des fonctions cérébrales pour les patients atteints de la maladie d'Alzheimer. Les résultats liés à la prise d'Acétyl L - Carnitine sont visibles après quelques mois. Elle protège enfin de l'ischémie cérébrale (cessation du flux sanguin) en maintenant les cycles d'énergie cellulaires. Cette efficacité suggère que l'acétyl L - carnitine pourrait bientôt être utilisée pour des urgences hospitalières afin d'améliorer les pronostics de thrombose ou d'embolie cérébrales, vis-à-vis desquelles il y a ordinairement peu d'espoir de rétablissement total.

Il a été montré, par ailleurs, qu'en cas de diabète la neuropathie est très liée à la déficience en acétyl L - carnitine. Il semble qu'une enzyme particulière limite, chez les diabétiques, la disponibilité de l'acide gamma linoléique ainsi que la synthèse de l'oxyde nitrique et de la L - carnitine au niveau des cellules qui tapissent les capillaires cérébraux. D'où l'apparition de neuropathie à un moment ou à un autre du diabète. Or la supplémentation en acétyl L - carnitine maintient presque à la normale la vitesse de conduction de l'influx nerveux sans aucun effet secondaire sur les niveaux de glucose, d'insuline ou d'acides gras.

De plus, il est maintenant établi qu'elle agit positivement sur les douleurs neurologiques qui sont souvent

associées à la neuropathie diabétique.

L'acétyl L - carnitine, parmi d'autres atouts, est aussi éminemment utile en prévention de la cataracte. La glycation, ou glycosylation, est le phénomène de liaison de glucose aux protéines, produisant ainsi des structures non fonctionnelles dans l'organisme. Ce phénomène est surtout notable au niveau du cristallin (cataracte), du cerveau (sénilité) et du collagène de la peau (rides). L'acétyl L - carnitine réduit de 40 % environ le phénomène de glycation du cristallin (mais pas la L - carnitine, qui n'a aucun effet) et de 70 % la formation des produits de glycation avancée ou AGE (Advanced Glycosylation End products). Ceci est très intéressant car ce sont les AGE qui rendent la cataracte irréversible.

Enfin, l'acétyl L - carnitine, comme toutes les carnitines, augmente la fertilité. Elle peut aussi rectifier certaines affections telles que l'asthénozoospermie, une affection qui consiste en la diminution de la mobilité des spermatozoïdes.