



## Capsimax

Extrait de piment (capsicum)

**Un puissant thermogène brûle-graisse et énergétique**

	1 unité	3 + 1 gratuite
315 mg / 60 gélules	29,00 €	87,00 €

### PRINCIPALES INDICATIONS :

Poids (brûleur de graisse, minceur)

Marque : 

Le CAPSIMAX est une composition d'extrait de **capsicum**.

**Le CAPSIMAX, un produit cliniquement prouvé : il augmente la dépense énergétique et favorise la perte de poids tant chez l'homme que chez la femme.**

Une étude menée à l'Université de l'Oklahoma (États-Unis) à démontré que la prise de Capsimax pendant l'exercice permettait d'augmenter le métabolisme et ainsi de brûler plus de calories avant, pendant et après l'effort physique. **Le CAPSIMAX permet de brûler pas moins de 278 calories supplémentaires !**

Il stimule la "digestion" des hydrates de carbone (sucres) chez les coureurs au repos et pendant l'exercice, **augmente l'oxydation des graisses et la combustion des lipides nécessaire à la perte de poids, et réduit la prise calorique.**

**Au repos, le CAPSIMAX permet de brûler 12 fois plus de calories.**

**Ce produit a reçu le prix d'excellence scientifique 2009 de l'organisation SupplySide West aux États-Unis.**

## Composition

### INGRÉDIENTS :

Pour une gélule : 315 mg de Capsimax™ (extrait de fruit de piment ( *Capsicum annuum L.*) titré à 2% en capsaïcinoïdes (soit 6.3 mg).

### AUTRES INGRÉDIENTS :

Maltodextrine, gélule végétale : hydroxypropylméthylcellulose.

### 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 Practices).

La teneur en principes actifs est garantie par des analyses régulières consultables en ligne. La qualité de ce produit lui a fait gagner le prix d'excellence scientifique 2009 du meilleur complément alimentaire.

## Utilisation

---

### CONSEILS D'UTILISATION :

1 capsule par jour à prendre avec un demi-verre d'eau, 30 à 60 minutes avant de commencer l'exercice. Les jours de repos, prendre une capsule avec de l'eau avant le petit déjeuner.

### PRÉCAUTIONS D'EMPLOI :

Cesser de consommer au moins deux semaines avant toute intervention chirurgicale. Ne pas prendre avant le coucher. Déconseillé aux femmes enceintes ou allaitantes. Ne pas dépasser 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. Tenir hors de portée des enfants.

### INSTRUCTIONS DE STOCKAGE :

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

## Informations détaillées

---

Le *red hot chili pepper*, un piment rouge que l'on trouve notamment en Amérique du Sud contient de la capsaïcine (précisément le composé responsable de sa saveur pimentée) dont de nombreuses études ont démontré l'intérêt sur la perte de poids.

Néanmoins, pour être efficace, il faut consommer près de 10 g de *red hot chili pepper* par jour et pendant des semaines, ce qui est inenvisageable : l'extrait de capsicum est trop acide pour être supporté par l'estomac.

Par ailleurs, au petit déjeuner, difficile d'imaginer pouvoir ingurgiter du... piment pur ! À moins bien sûr d'encapsuler cet extrait dans une matrice suffisamment inerte pour pouvoir être acceptée par les intestins puis par l'estomac. Et il y a de ce composé tout à y gagner : des études scientifiques ont démontré que l'extrait de capsicum, à raison de 30 mg/jour, **améliore la thermogénèse, augmente la dépense énergétique et favorise la perte de poids** tant chez les hommes (1) que chez les femmes (2).

**Il stimule la "digestion" des hydrates de carbone** (sucres) chez les coureurs au repos et pendant l'exercice (3), **augmente l'oxydation des graisses** (4) et **la combustion des lipides** nécessaire à la perte de poids (5) et **réduit la prise calorique** (6).

Il a également **un effet antioxydant** sur les globules rouges et sur les cellules du foie (7) et **réduit le stress oxydatif** (études menées chez les animaux) (8). Enfin, il participe à **la croissance des cheveux** : un essai chez des personnes atteintes d'alopécie a montré l'efficacité de 6 mg de capsaïcine par jour, en association avec 75 mg d'isoflavones (9).

Une capsule de Capsimax correspond à 315 mg d'extrait de capsicum hautement concentré.

**Il a été cliniquement prouvé par une étude menée auprès de 25 sujets à l'université d'Oklahoma (États-Unis) que la prise de Capsimax avant l'exercice permettait d'augmenter le métabolisme avant, pendant et après l'effort, en aidant à brûler pas moins de 278 calories supplémentaires.**

Un "coup de pouce" qui correspond à :

1 h 20 mn de marche à pas modéré,

25 mn de jogging,

1 hamburger,

1 part de pizza au fromage

2 cookies au chocolat

(À l'inverse, la consommation quotidienne d'un extra de 278 calories par jour peut entraîner un gain de poids de plus de 25 livres (12,5 kg) par année.)

Autrement dit, **la prise de Capsimax permet de brûler 12 fois plus de calories au repos.**

(1) Yoshioka M, et al: Effects of red-pepper diet on the energy metabolism in men. J Nutr Sci Vitaminol 1995; 41: 647-656.

(2) Yoshioka M, et al: Effects of red pepper added to high-fat and high-carbohydrate meals on energy metabolism and substrate utilization in Japanese women. BrJ Nutr 1998;80: 503-510

(3) Lim K, et al: Dietary red pepper ingestion increases carbohydrate oxidation at rest and during exercise in runners. Med Sci Sports Exerc 1997; 29: 355-61.

(4) Yoshioka M, et al: Effects of red pepper added to high-fat and high-carbohydrate meals on energy metabolism and substrate utilization in Japanese women. Br.J. Nutr 1998; 80: 503-510.

(5) Manuela P.G.M Lajeune et al: Effect of capsaicin on substrate oxidation and weight maintenance after modest body-weight loss in human subjects. Br. J. Nutr (2003),90, 651-659.

(6) Westerterp-Plantenga MS, et al: Oral and gastrointestinal satiety effects of capsaicin on food intake (Abstract). Int J Obes Relat Metab Disord 2004; 28(Suppl. 1):S35.

(7) Kempaiah RK, et al: Influence of dietary curcumin, capsaicin and garlic on the antioxidant status of red blood cells and the liver in high-fat-fed rats. Ann Nutr Metab. 2004 Sep-Oct: 48(5):314-20. Epub 2004 Oct 1

(8) Lee CY, et al: Short-term control of capsaicin on blood and oxidative stress of rats in vivo. Phytother Res. 2003 May: 17(5): 454-8.

(9) Naoaki Harada, et al: Administration of capsaicin and isoflavone promotes hair growth by increasing insulin-like growth factor-I production in mice and in humans with alopecia. Growth Hormone & IGF Research 17 (2007) 408-415.