



# Sea buckthorn

## Argousier

*Physalis Sea buckthorn contient de l'huile biologique extraite des baies orange vif acidulées de l'argousier. Elle est riche en acide palmitoléique, un acide gras oméga 7. Grâce à cet acide palmitoléique, qui est un composant essentiel du sébum et des muqueuses, l'argousier contribue de l'intérieur à la santé de la peau. En outre, l'argousier soutient le système immunitaire, favorise la santé cardiovasculaire et facilite la digestion. Avec adjonction de vitamine E qui aide à protéger les cellules contre les radicaux libres.*

### PRINCIPAUX COMPOSANTS

- ✓ Acide gras oméga 7 (acide palmitoléique)
- ✓ Vitamine E
- ✓ Vitamine K
- ✓ Caroténoïdes
- ✓ Stérols végétaux

### PROPRIÉTÉS PRINCIPALES

- ✓ Contribue à la santé de la peau: exerce une action réparatrice sur les brûlures, les coups de soleil et les troubles de la pigmentation.
- ✓ Contribue à la santé cardiovasculaire.
- ✓ Réduit le risque d'artériosclérose.
- ✓ Lutte contre la sécheresse des yeux et des muqueuses (vaginales, par exemple).
- ✓ Soutient le système immunitaire.
- ✓ Aide en cas d'ulcères gastriques.
- ✓ Protège les cellules contre les radicaux libres.

### L'ARGOUSIER (*Hippophae rhamnoides*)

L'argousier est un grand arbuste pouvant atteindre 5 m de hauteur et qui appartient à la famille des *Elaeagnaceae*. Cet arbuste épineux aux longues feuilles étroites de couleur vert-gris est originaire d'Asie et d'Europe. L'argousier est utilisé de très longue date dans la médecine traditionnelle tibétaine et chinoise. Les buissons couvrent les sols sablonneux et salins d'Asie centrale et du nord de l'Europe occidentale, toujours dans des endroits ouverts et en plein soleil. Ils sont facilement reconnaissables à leurs longues épines acérées qui se couvrent en août et en septembre de baies orange vif au goût acidulé. Les fruits mûrs de l'argousier sont utilisées depuis des siècles pour améliorer la santé, car ils sont exceptionnellement riches en vitamines C, E et K, en caroténoïdes et en stérols végétaux.



Tant les graines que la chair des baies d'argousier contiennent de l'huile. L'origine de cette l'huile détermine en grande partie sa composition en acides gras. L'acide  $\alpha$ -linoléique (acide gras oméga 3) et l'acide linoléique (acide gras oméga 6) sont les principaux acides gras contenus dans l'huile de graines

d'argousier, avec un rapport de 1:1. L'huile d'argousier utilisée par Physalis est extraite de la **pulpe du fruit biologique** et constitue une excellente source **d'acide palmitoléique (acide gras oméga 7,  $\geq 25\%$ ) et d'acide palmitique (25% à 45%)**. Les concentrations élevées de ces acides gras rendent cette huile unique. Pour garantir cette composition et ces substances utiles, il est important d'extraire l'huile des baies d'argousier par centrifugation (donc sans influences négatives telles que de hautes températures ou pressions élevées).

### L'ARGOUSIER, DE L'OR POUR VOTRE PEAU

L'huile de pulpe d'argousier est riche en acide gras palmitoléique. Cet acide gras, qui est naturellement présent dans le sébum et les muqueuses cutanées, a un effet hydratant et apaisant. Avec l'âge, le corps ayant de plus en plus de mal à produire ses propres acides gras oméga-7, l'équilibre hydrique de la peau est perturbé. Cet acide gras nourrit la peau de l'intérieur et est donc aujourd'hui considéré comme un véritable réparateur du derme. Les petites baies orange sont particulièrement appréciées pour leur **effet réparateur sur les brûlures, les coups de soleil et les troubles de la pigmentation**. Elles exercent un **effet régénérateur sur la peau** et aident même à lutter contre l'eczéma. Une étude a permis de constater une modification de la composition en acides gras de la peau après la prise orale d'huile d'argousier, notamment une augmentation de la quantité d'acide palmitoléique.

Grâce aux antioxydants présents dans la pulpe du fruit, l'huile d'argousier **protège** également la peau des **effets nocifs du rayonnement UV et de la pollution environnementale**. Les caroténoïdes contenus dans les baies d'argousier sont également des composants bioactifs bénéfiques pour la santé de la peau. Le bon fonctionnement du foie et la pureté de l'organisme ont également un effet positif sur la peau. Or, des recherches ont montré que l'huile d'argousier protège le foie contre les substances nocives. Une étude clinique en particulier a permis de constater que les concentrations d'enzymes

mes hépatiques, d'acides biliaires et de marqueurs immunitaires liés à l'inflammation et à la dégénérescence du foie se normalisaient après la prise d'huile d'argousier.

### SÉCHERESSE DES YEUX ET DES MUQUEUSES

L'huile d'argousier n'a pas seulement un effet hydratant sur la peau. Elle soulage également la sécheresse des yeux et des muqueuses. La **sécheresse oculaire** est un problème de santé croissant qui, outre l'inconfort qu'il provoque, peut entraîner de la fatigue et des troubles de la vue. Elle affecte la qualité de vie et divers aspects physiques, sociaux et psychologiques du fonctionnement au quotidien.

En outre, l'huile d'argousier a un **effet régénérateur sur la muqueuse vaginale et rétablit la lubrification naturelle**. Elle soulage ainsi la sécheresse vaginale et les démangeaisons.

### SANTÉ CARDIOVASCULAIRE

Les baies d'argousier contribuent également à la santé cardiovasculaire. En effet, l'huile **réduit le risque de rétrécissement des parois artérielles** et ainsi l'incidence de l'**athérosclérose** (calcification vasculaire). Dans une étude portant sur des femmes en surpoids, la prise orale d'huile de pulpe d'argousier a eu un effet bénéfique sur certains marqueurs liés au risque d'athérosclérose. Une réduction de la concentration de la "molécule d'adhésion des cellules vasculaires" (VCAM en anglais pour vascular cell adhesion molecule) a été observée. Il s'agit d'une molécule impliquée dans la phase précoce de la formation des plaques d'athérome. En outre, l'huile d'argousier peut **stimuler la production d'acides gras à chaîne courte**, qui font baisser le taux de cholestérol.

### SYSTÈME IMMUNITAIRE

Les **acides gras insaturés** et les **caroténoïdes** de l'huile d'argousier sont réputés avoir des **effets stimulants sur le système immunitaire**. Une étude a montré que les composés bioactifs de l'argousier protègent contre les dommages cellulaires en inhibant un certain nombre de réactions impliquées dans la production de cytokines et de NF-κB. NF-κB est un facteur de transcription clé des macrophages M1 et est nécessaire à la production d'un grand nombre de gènes inflammatoires, y compris les gènes codant pour le TNF-α et certaines interleukines. Ces médiateurs sont à leur tour responsables de l'activation du système immunitaire inné.

### DIGESTION

L'huile d'argousier est également utilisée avec succès contre les ulcères de la muqueuse gastro-intestinale car il **accélère leur cicatrisation**. Une explication possible est sa contribution à la réparation de la muqueuse.

### VITAMINE E

La vitamine E est une vitamine liposoluble qui protège les cellules contre les radicaux libres susceptibles de provoquer des dommages oxydatifs. Les tocophérols naturels sont des **antioxydants** physiologiques qui protègent spécifiquement les lipides présents dans les membranes cellulaires et les lipoprotéines plasmatiques. La vitamine E est impliquée dans de nombreux processus biologiques, tels que la **stabilisation des membranes cellulaires** ou l'**agrégation plaquettaire**. Elle joue également un rôle de cofacteur dans de nombreuses **activités enzymatiques** ainsi que dans la **régulation des gènes**. Plusieurs études épidémiologiques réalisées à grande échelle ont montré que les individus ayant un statut élevé en vitamine E élevé ont un risque réduit de développer certaines maladies chroniques, notamment les maladies cardiovasculaires, les cancers, la cataracte,...

### Composition par 2 capsules

|   |         |
|---|---------|
| Huile de Hippophae rhamnoides (≥25% palmitoleic acid) | 1500 mg |
| Vitamine E (D-alpha-tocopherol) (50%*)                | 6 mg    |

**Emploi:** 1 à 2 capsules par jour. À prendre pendant les repas avec un peu d'eau.

- Consultez votre médecin ou votre pharmacien en cas d'usage concomitant d'anticoagulants.
- Conserver au frais (max. 25°C), au sec et à l'abri de la lumière.
- Tenir hors de portée des jeunes enfants. Ne pas dépasser la dose recommandée. Un complément alimentaire ne doit pas se substituer à une alimentation variée et à un mode de vie sain.



### Les produits clean label

- *Sont totalement exempts de colorants synthétiques, conservateurs, arômes, édulcorants artificiels, lactose, levure, gluten*
- *Ont subi un traitement réduit au minimum*
- *Affichent une liste d'ingrédients simplifiée, avec mention complète et univoque de chaque ingrédient de la composition*

### RÉFÉRENCES

- Sea buckthorn (Hippophae rhamnoides L.) as a potential source of nutraceuticals and its therapeutic possibilities – a review. Krejcarova J. et al. Acta Vet. BRNO (2015), 84: 257-268.
- Important therapeutic uses of Sea buckthorn (Hippophae): a review. Zeb A. Journal of Biological Sciences (2004), 4 (5): 687-693.
- Different berries and berry fractions have various but slightly positive effects on the associated variables of metabolic diseases on overweight and obese women. Lethonen HM. et al. European Journal of Clinical Nutrition (2011), 65: 394-401.
- Composition and physiological effects of sea buckthorn (Hippophae) lipids. Yang B & Kallio H. Trends Food Sc. Tech. 2002; 13(5): 160-167.
- Baoru Yang, Kirsti O Kalimo, Raija L Tahvonen, Leena M Mattila, Jouko K Katajisto, Heikki P Kallio. Effect of dietary supplementation with sea buckthorn (Hippophae rhamnoides) seed and pulp oils on the fatty acid composition of skin glycerophospholipids of patients with atopic dermatitis. The Journal of Nutritional Biochemistry, Volume 11, Issue 6, 2000.
- Chemistry of Seabuckthorn Juice and Oil (shinyhorse.com)
- The bioactive components as well as the nutritional and health effects of sea buckthorn - RSC Advances (RSC Publishing) DOI: 10.1039/D0RA06488B
- Wide Spectrum of Active Compounds in Sea Buckthorn (Hippophae rhamnoides) for Disease Prevention and Food Production - PMC (nih.gov)