

OFFERT PAR **ARKOVITAL® ACÉROLA 1000 BIO** (ARKOPHARMA LABORATOIRES)

Les bénéfices santé de l'acérola

Reconnu comme étant le fruit le plus riche en vitamine C dans le monde, l'acérola (*Malpighia sp.*) ou cerise des Barbades est une petite baie contenant de nombreuses molécules fortifiant le système immunitaire et tonifiant l'organisme.



Grâce à ses propriétés antioxydantes importantes, l'acérola est recommandée en cas de fatigue et de stress et pour prévenir les infections ou lutter contre le vieillissement cellulaire. Autres potentiels thérapeutiques démontrés: l'acérola favoriserait l'absorption intestinale du fer et participerait à la reminéralisation de l'organisme.

Une teneur exceptionnelle en vitamine C

Le principe actif de l'acérola est la vitamine C. Dans la pulpe du fruit, sa teneur moyenne est de 1,8 g pour 100g. C'est donc une source remarquable en vitamine C naturelle: l'acérola contient 50 à 100 fois plus d'acide ascorbique que l'orange ou le citron! En Suisse, les apports nutritionnels conseillés en vitamine C sont de 95 mg pour les femmes et de 110 mg pour les hommes. Pour les

femmes enceintes, il est conseillé d'avoir un apport de 105 mg à partir du quatrième mois de grossesse et de 125 mg par jour pour les femmes allaitantes. Les bénéfices santé de la vitamine C sont nombreux: réduction de la fatigue sans effet négatif sur le sommeil, régénération de la vitamine E et protection des cellules contre les radicaux libres (effet antioxydant). Mieux assimilée par l'organisme, la vitamine C contenue dans l'acérola est idéale pour lutter contre les coups de fatigue et les baisses de performance du système immunitaire.

Les autres molécules clés

L'acérola est également riche en minéraux (magnésium, potassium, phosphore, calcium et fer) et en vitamine B5 (précurseur de la coenzyme A). Les caroténoïdes (pigments organiques) et les bioflavonoïdes (métabolites des plantes) lui

conférant des effets antioxydants très importants. En plus d'assurer la croissance osseuse et de favoriser la vision, la vitamine A contenue dans l'acérola protège aussi contre les infections. Le bêta-carotène détient, quant à lui, des capacités antioxydantes qui réduisent le stress oxydatif, hénomène responsable du vieillissement cellulaire et de certains dysfonctionnements du système immunitaire.

Effets indésirables et contre-indications

Aucune étude clinique n'a démontré d'effets indésirables liés à la prise d'acérola. Les effets indésirables potentiellement rencontrés sont ceux de l'absorption excessive de vitamine C, caractérisée par des diarrhées, des nausées et des douleurs abdominales. Aussi, comme l'acérola peut augmenter le taux d'acide urique, il est contre-indiqué de le prescrire à des personnes souffrant de goutte ou sujettes aux calculs rénaux (néphrolithiase). ■



POUR ALLER PLUS LOIN

Retrouvez plus d'informations sur les Laboratoires Arkopharma en flashant le QR code ci-contre.

vit@express® est édité en français, allemand et italien.

Supervision des éditions: Virginie Rivière. Éditeur: © Verticalizer - Vertical Media Group GmbH, 2502 Bienne. Chef des ventes: Jean-Claude Schmalz. Ont collaboré à cette édition: Simone Flückiger, Martina Musella, Julie Paysant. Graphisme: Xavier Catherinet. Editeur responsable: Clément Charles.

© Toute reproduction partielle ou intégrale de la version imprimée ou digitale faite sans autorisation de la part de l'éditeur est interdite et illégale. Les publicités et les publi-informations sont clairement séparées et identifiables.

FORMULE
100%
D'ORIGINE
VÉGÉTALE

RENFORCEZ VOTRE SYSTÈME IMMUNITAIRE AVEC DE LA VITAMINE C D'ORIGINE NATURELLE

La plupart des vitamines vendues sont synthétiques et parfois même fabriquées à partir de dérivés du pétrole.

Chez ARKOPHARMA, nous savons que les maux du quotidien peuvent être soulagés avec des produits de santé naturels.



La vitamine C contribue au fonctionnement normal du système immunitaire.

ARKOPHARMA

LABORATOIRES PHARMACEUTIQUES DE MÉDECINE NATURELLE.