

Astaxanthine,

Antioxydant idéal aux multiples applications

L'astaxanthine, un pigment rouge rosé qui donne sa couleur entre autres au saumon rouge et aux crevettes, est l'un des plus puissants antioxydants de la nature. L'effet protecteur de ce « roi des caroténoïdes » est donc de plus en plus soutenu par des études cliniques. En particulier au niveau de la peau, des yeux, du cerveau, des testicules et des muscles, les dommages causés par les radicaux libres peuvent être fortement inhibés, de sorte que l'on peut également parler d'un large effet « anti-âge ». Un effet anti-inflammatoire est également de plus en plus documenté. Cependant, choisissez une source naturelle non synthétique comme l'algue *Haematococcus pluvialis*.

Un antioxydant d'excellence pour l'anti-âge

Un antioxydant qui inhibe les radicaux libres bien plus que le bêta-carotène, la lutéine, le lycopène et la vitamine E, qui traverse facilement la barrière hémato-encéphalique et la barrière hémato rétinienne, qui est sûr et qui réduit l'épuisement des « maîtres antioxydants » catalase, glutathion et superoxyde dismutase... l'astaxanthine protège donc très fortement contre les dommages causés par les radicaux libres et s'inscrit parfaitement dans une stratégie « anti-âge ». Conserver la jeunesse plus longtemps, une peau fraîche et élastique et, surtout, garder une longueur d'avance sur les maladies dégénératives de la vieillesse : l'astaxanthine est le remède absolu.

Une protection idéale de la peau

L'astaxanthine est la protection idéale de la peau contre les effets négatifs du soleil : elle protège mieux la peau contre les rayons UV que le bêta-carotène, protège le mieux le tissu collagène de tous les antioxydants et inhibe la libération des enzymes qui décomposent le collagène et l'élastine. L'astaxanthine est donc un remède de premier ordre pour la prévention des coups de soleil et du vieillissement de la peau causés par le soleil et pour la prévention de l'allergie au soleil. Elle inhibe également de manière significative la formation de rides et de ridules et aide en cas de relâchement

de la peau, de perte d'hydratation et d'élasticité, de taches de vieillesse et de cernes sous les yeux.

Le maintien de la vue

En tant qu'antioxydant, l'astaxanthine protège fortement les yeux et les cellules photoréceptrices de la rétine contre les dommages causés par les rayons UV et les dommages inflammatoires. Ajoutez à cela le fait qu'elle améliore également le flux sanguin vers l'œil et la rétine, et vous comprendrez que les études cliniques démontrent une aide remarquable en cas d'yeux fatigués et surmenés, comme la « fatigue oculaire numérique » qui comprend entre autres une vision floue et double, une attention difficile, des yeux brûlants, des yeux secs, des maux de tête frontaux. Surtout, l'astaxanthine peut être utilisée pour prévenir et inhiber la dégénérescence maculaire (perte de la vue liée à l'âge). Des effets bénéfiques sont également constatés en cas de presbytie liée à l'âge (focalisation difficile de la vision).

Rester clair et positif d'esprit

Il a été démontré que l'astaxanthine, qui traverse facilement la barrière hémato-encéphalique, protège les cellules nerveuses de la dégénérescence et de la carence en oxygène. Elle favorise donc la mémoire, la concentration, le temps de réaction, l'attention et le traitement d'information chez les personnes âgées et constitue un outil de prévention de la démence et d'autres maladies neurodégénératives telles que les maladies d'Alzheimer et de Parkinson, ainsi que contre les accidents vasculaires cérébraux. Il a également été démontré que l'astaxanthine aide à protéger contre la dépression.

Une meilleure fertilité masculine

La principale raison de la baisse de fertilité chez les hommes occidentaux est le dommage oxydatif excessif des spermatozoïdes par les métaux lourds, les pesticides et les xéno-oestrogènes. Pas étonnant que l'astaxanthine, en tant que puissant antioxydant, améliore la qualité du sperme et augmente les chances de fécondation en cas de fertilité masculine réduite. Elle inhibe également la conversion de la testostérone en dihydrotestostérone, ce qui suggère une fonction utile en cas d'hypertrophie bénigne de la prostate.

Des performances optimales

La particularité de l'astaxanthine est que – contrairement à la plupart des antioxydants – sa structure moléculaire unique protège les membranes, tant

à l'extérieur qu'à l'intérieur, des dommages oxydatifs. Cette situation est particulièrement idéale au niveau des mitochondries, les organites cellulaires où a lieu la production d'énergie. Parce que cela signifie une forte inhibition de la génération de radicaux libres qui se produisent lors de la production d'énergie mitochondriale. Ainsi, moins d'inflammation se produit dans les muscles après un effort intense avec moins de fatigue musculaire, une meilleure récupération et un meilleur rétablissement musculaire. Les performances sportives augmentent, avec une meilleure endurance (par exemple, plus de flexions des genoux à l'épuisement) et une plus grande force musculaire. Les meilleures performances des cyclistes sont remarquables.

D'autres effets utiles:

- L'astaxanthine inhibe l'*Helicobacter pylori* (la bactérie considérée comme responsable des ulcères gastriques), réduit l'inflammation dans le système digestif et est utile, entre autres, en cas de reflux et de brûlures acides et dans la prévention des ulcères gastriques et des inflammations intestinales
- L'astaxanthine diminue les triglycérides et augmente le « bon » cholestérol HDL, freine l'oxydation du cholestérol en oxycholestérol et donc l'athérosclérose, diminue la pression artérielle en cas d'hypertension
- L'astaxanthine a un effet anti-inflammatoire et est utile en cas d'arthrose, d'arthrite, du syndrome du canal carpien et du tennis elbow
- L'astaxanthine contribue à la prévention du cancer (principalement du cancer de la vessie et du côlon)
- L'astaxanthine aide à inhiber le NAFLD (foie gras non alcoolique)