

Revvīda

Carburant extrême pour le corps



Les statistiques

- La fatigue chronique est le problème le plus souvent rapporté par les patients à leur omnipraticien.
- La fatigue chronique est le problème principal pour de 10 à 20% des patients. C'est une importante composante pour un autre 10% des patients.
- Durant les années "90", les Américains ont ajouté 36 heures à leur année de travail.
- Des études démontrent que la quantité de sommeil des gens de 30 ans représente environ la moitié de ce qu'ils dormaient à 20 ans.

Pas assez de temps ou d'énergie

Vous y avez peut-être pensé, « si seulement j'avais quelques heures de plus dans la journée - ... À chaque jour, nous vivons des vies de plus en plus trépidantes et complexes. Pourtant, le temps qui nous est disponible reste le même.

Dépassé par nos responsabilités quotidiennes, nous nous retrouvons de plus en plus fatigués. Par conséquent nous prenons des repas de plus en plus faciles et rapides à préparer ou des friandises sans valeurs nutritives; au lieu de préparer des repas nutritifs. Cette surcharge de responsabilités nous rend souvent irritable et frustré à propos d'évènements qui autrefois ne nous aurais pas affectés.

Si seulement nous avions plus d'énergie nous ferions de l'exercice, mangerions plus sainement, investirions plus de temps de qualité avec les amis et la famille, développerions un hobby, s'impliquerions plus dans notre paroisse et les activités communautaires. Nous serions plus productif au travail, terminerions les projets autour de la maison. Si seulement ...

La coopérative d'énergie cellulaire

Nous mangeons, notre corps utilise une partie de la nourriture pour la convertir en énergie, une partie s'entrepouse en gras et le reste est éliminé. Ne sommes-nous pas familier avec ce cycle?

Comment exactement nos corps utilisent-ils la nourriture que nous mangeons pour produire de l'énergie? C'est vraiment un processus fascinant quand nous commençons à l'observer au niveau cellulaire. C'est le lieux de la production d'énergie. Les petites usines d'énergie se nomment *mitochondries* (un terme qui vous rappelle peut-être votre biologie du Cégep ou du secondaire). Elles se retrouvent à l'intérieur de nos cellules.

Les mitochondries dans nos cellules prennent les hydrates de carbones et les gras de la nourriture que nous mangeons et les transforment chimiquement, ajoutant de l'hydrogène et de l'oxygène ici et là, enlevant des éléments ailleurs. Cette transformation chimique fracture et reconnecte les éléments et molécules jusqu'à ce qu'ils produisent une forme d'énergie que notre corps peut utiliser – l'ATP ou adénosine triphosphate.

Ce processus est d'une efficacité extraordinaire – beaucoup plus efficace par exemple, qu'un moteur à combustion interne ou des cellules à carburant de vaisseaux spatiaux. En effet, les mitochondries dans nos cellules produisent la majorité de l'énergie dans notre corps. Nous devenons si accoutumés à cette efficacité que même la plus petite baisse de production d'énergie des mitochondries peut nous laisser fatigué, faible et même désorienté. Malheureusement, alors que nous vieillissons, l'efficacité de ce processus diminue et nous commençons à ressentir quelques uns des effets de la baisse de production d'énergie des mitochondries.

En fait, des indices croissants provenant de la recherche cellulaire commencent à démontrer une corrélation entre une baisse de l'efficacité mitochondriale et des problèmes de vieillissement communs tels, l'Alzheimer, le Parkinson et des problèmes cardiaques. Des études démontrent également un lien à la diminution de l'espérance de vie.

Pour comprendre un peu pourquoi et comment cela se fait, nous devons regarder d'un peu plus près comment les mitochondries produisent de l'énergie.

Une visite de l'usine d'énergie

Les mitochondries sont des organelles présentes dans toutes nos cellules. Elles flottent dans nos cellules cherchant des sources d'énergie, de petites quantités de gras et d'hydrates de carbone, comme quand on joue à la cache-cache. Elles sont très bonnes à trouver ces nutriments et encore meilleures à les transformer en énergie pour l'utilisation par notre corps.

Lorsqu'elles trouvent et attrapent les nutriments, la production d'énergie commence, ce faisant en deux étapes, soit : le cycle Krebs et le cycle de phosphorylation de l'oxygène. Les deux processus produisent de l'adénosine triphosphate (ATP) ce qui est exactement la molécule d'énergie dont nos cellules et nos tissus ont besoin pour fonctionner.

Une faible défaillance dans le système

Comme commenté plus avant, le processus est d'une surprenante efficacité. Cependant, il n'est pas parfait et au travers du processus de production d'énergie, des électrons s'échappent. Une fois libérés, ils ont tendance à se combiner à l'oxygène pour former des radicaux en super oxydes, un type commun de radicaux libres dommageables. Les radicaux libres sont des molécules en manque d'équilibre à la recherche d'électrons pour se stabiliser et pour ce faire, ils volent des électrons aux autres molécules.

Le problème fait surface lorsque ces radicaux libres sont produits au cœur de l'usine d'énergie où le dommage est à son apogée. En particulier, ils endommagent les membranes des mitochondries là où la production d'énergie s'opère, aggravant le fait que l'ADN des mitochondries est un peu différent de l'ADN des autres cellules du corps. Une des différences, est l'absence des mécanismes de protection et de réparation retrouvés dans l'autre ADN. Ainsi, les radicaux libres attaquent avec une efficacité meurtrière affectant le fonctionnement normal d'une mitochondrie.

Le dommage causé par les radicaux libres, combiné à la capacité diminuée des membranes spécialisées des mitochondries, peut mener à une baisse de la production d'énergie.

La fatigue, la faiblesse musculaire et une diminution de la capacité cognitive résultent souvent de cette baisse alors nous y répondons de la meilleure manière que nous connaissons. Pour ce faire, soit que nous prenons une tasse de café ou bien une de ces nouvelles boissons énergisantes à la station service ou à l'épicerie. Nous pouvons même essayer de manger une de ces barres énergisantes, revitalisantes. Ces solutions rapides offrent surtout de la caféine et du

sucre pour aider momentanément mais le problème sous-jacent persiste : nous sommes simplement en perte d'énergie.

Réactiver la grille d'énergie

Pour vraiment faire face au problème de baisse d'énergie, ils nous faut remonter à la source c'est-à-dire à l'usine énergétique elle-même : la mitochondrie. En effet, la régénération des mitochondries est un sujet important de recherche non seulement pour régénérer l'énergie au niveau cellulaire mais aussi pour retarder le vieillissement.

La plupart des boissons énergétiques et des suppléments agissent en tant que source temporaire d'énergie, comme l'éclairage d'urgence qui se déclenche en cas de panne. Mais si nous pouvions réalimenter le pouvoir électrique?

Un nouveau produit énergétique de Healing America nous donne les outils pour réactiver notre usine d'énergie – au niveau cellulaire. Revvida®, une boisson énergisante quotidienne, bonne au goût, facile d'utilisation, donne un gain immédiat d'énergie, suivi d'une douce croissance d'énergie répartie sur plusieurs heures. Plusieurs des ingrédients clé dans le Revvida® s'adressent directement à la production d'énergie des mitochondries, augmentant la production d'énergie à la source. Mais simplement augmenter la production d'énergie n'est pas suffisant. En protégeant et en améliorant la santé et le fonctionnement des mitochondries, Revvida® assure un apport énergétique à long terme.

Revvida® offre le meilleur des deux mondes. La caféine qu'il contient offre un gain d'énergie rapide pour accommoder votre besoin immédiat. Le guarana dans le Revvida® fonctionne de façon similaire à la caféine en tant que raviveur d'énergie, mais est absorbé plus lentement dans le système pour donner une hausse soutenue. Les autres ingrédients d'avant-garde ne font pas seulement qu'encourager la production d'énergie cellulaire ils améliorent aussi la clarté d'esprit, aident à ralentir les effets du vieillissement et font face aux effets négatifs du stress.

Prenons le temps de nous familiariser avec eux :

d-Ribose

La d-Ribose est un ingrédient essentiel à la production d'ATP par la mitochondrie. Elle se retrouve naturellement dans presque toutes les cellules de notre corps. Un produit comme le Revvida® peut aider à rehausser l'énergie, l'endurance, restaurer plus rapidement les niveaux d'ATP dans les tissus des muscles et même faciliter une plus grande production d'ATP dans les cellules grâce à l'apport supplémentaire de la d-Ribose. Celle-ci est utile dans l'usinage d'une nouvelle (de novo) adénosine triphosphate (ATP) et dans le recyclage des composantes d'ATP.

Acide alpha lipoïque

L'acide alpha lipoïque est une substance trouvée dans la mitochondrie. Elle est un élément clé dans la protection de la membrane des mitochondries et contre les dommages des radicaux libres sur l'ADN des mitochondries. Elle participe aussi directement à la production d'énergie.

La recherche sur l'acide alpha lipoïque a démontré que cette substance a la capacité d'augmenter l'action de d'autres antioxydants et grandement diminuer la production de radicaux libres. Certains chercheurs l'ont baptisé "antioxydant universel" pour ses fonctions variées dans ce rôle. Cette substance aide également à améliorer la fonction de la membrane des mitochondries et rehausse le métabolisme des gras et des sucres dans le sang. Cela augmente ainsi, l'efficacité des mitochondries. L'acide alpha lipoïque est perçu comme un des suppléments anti-âge d'avant-garde.

Rhodiola Rosea

Peut être en avez-vous jamais entendu parlé; la Rhodiola Rosea est aussi connue sous l'appellation de "racine dorée" ou "racine Arctique" par plusieurs à travers le monde. Les Russes, en particulier ont utilisé Rhodiola durant de nombreuses années, pour ses propriétés

énergétiques aussi bien que ses propriétés d'adaptogène en soulageant l'impact du stress physique et mental.

Un vieux dicton Russe dit que l'absorption régulière de son thé prédispose à une longévité de 100 ans ou plus. Les Vikings appréciaient également la Rhodiola, l'utilisant pour améliorer l'endurance et la force physique. La Rhodiola est le plus souvent utilisée pour augmenter l'endurance, améliorer la clarté mentale, le niveau d'attention et réduire les réactions négatives du stress sur le corps, spécifiquement chez les athlètes. Elle semble aussi avoir la capacité de rehausser le système immunitaire. Revvida® est un des seuls suppléments énergétiques à inclure la Rhodiola.

Pyruvate

Le pyruvate est une substance naturelle du corps produite durant le métabolisme des protéines et des hydrates de carbone. Ainsi, il joue un rôle important dans le travail de production d'énergie des mitochondries. Le pyruvate aide à réduire la fatigue et améliore la vitesse et l'efficacité de la production d'énergie dans la mitochondrie. Il y a eu aussi une bonne quantité de recherche sur le pyruvate démontrant sa capacité à stimuler une perte de poids et à en ralentir sa progression.

Complexe de vitamine – B

Le Revvida® contient un puissant complexe de vitamine -B contenant 8 vitamines -B essentielles : thiamine (B1), riboflavine (B2), ni acine (B3), acide pantothénique (B5), pyridoxine (B6), acide folique (B8), cyanocobalamine (B12) et biotine. Les vitamines -B jouent un rôle important à travers tout le corps en tant que co-facteur (ou aidesurs) dans plusieurs processus du corps, en particulier, au niveau de la production d'énergie cellulaire. Les vitamines -B jouent chacune des rôles différents dans le cycle de production d'énergie de la mitochondrie. La thiamine, par exemple, est importante pour convertir le pyruvate en une substance utilisable dans le cycle de Krebs pour la production d'ATP. La "ni acine" joue un rôle clé à aider le corps à relâcher de l'énergie des gras et des protéines.

L'apport alimentaire avec des vitamines -B est important puisque ces vitamines sont hydrosolubles et ne sont pas bien entreposées dans le corps. Un produit comme Revvida® de Healing America qui offre un complexe de ces vitamines vous donnera le plus de bénéfices, puisque plusieurs des vitamines -B travaillent conjointement pour accomplir des fonctions vitales.

Lécithine

La lécithine, ou la phosphatidylcholine, se métabolise en choline dans le corps. Une des vitamines -B essentielle ; la choline est une composante importante des membranes des cellules et est un précurseur à l'acétylcholine c'est-à-dire le neurotransmetteur majeur du système nerveux central. Elle est impliquée dans le transport des lipides (gras) et semble réduire l'accumulation de gras dans le foie. La recherche a démontré un rôle important dans le développement du cerveau du fœtus. On y fait souvent référence comme étant la vitamine de la mémoire par sa capacité démontrée à augmenter la mémoire et à améliorer les fonctions générales du cerveau. Elle réduit aussi la fatigue.

Un complexe d'oligo-éléments enrobés

Le complexe d'oligo-éléments enrobés du Revvida® procure un large éventail d'électrolytes et de minéraux qui servent de co-facteurs ou aidesurs importants dans la production d'énergie, au niveau cellulaire.

Magnésium Krebs

Le magnésium est un minéral qui joue un rôle prépondérant dans plusieurs processus du corps. C'est un cofacteur clé pour de nombreuses enzymes responsables de la métabolisation des gras et des protéines, en énergie. Le type de magnésium trouvé dans le Revvida® de Healing America est sous la forme de sels des acides qui sont des intermédiaires dans le cycle de production d'énergie de Krebs. Le magnésium aide le corps à produire et utiliser l'insuline plus

efficacement, à promouvoir la relaxation musculaire, stimuler la production d'énergie et maintenir la fonction nerveuse.

Introspection et réveil métabolique

Nous aurions beaucoup de difficulté à trouver des gens qui n'aimeraient pas avoir au moins un peu plus d'énergie. La plupart d'entre-nous se démènent à maintenir un haut niveau d'énergie; approximativement là où nous en étions dans nos années de jeunesse. Ceci est mis en évidence par l'abondance de produits énergisants disponibles partout, aux postes d'essence, dépanneurs, boutiques de produits naturels et supermarchés. Tous ces produits, sans oublier notre tasse (ou pot) de café, offrent un gain rapide d'énergie qui nous aide à fonctionner le reste de notre journée de travail.

Revvida®, de Healing America, offre une solution plus complète au syndrome de manque d'énergie; dont nombre d'entre-nous en souffrent. Le Revvida® nous laisse se brancher à la source : les usines d'énergie de notre corps que sont les mitochondries. Les ingrédients du Revvida® ne font pas que momentanément réactiver l'énergie, ils commencent à rajeunir la fonction des mitochondries et améliorer la production d'énergie pour de longues heures.

Ensaché de façon avantageuse d'une seule portion à la fois, Revvida® se mélange facilement à l'eau (ou un jus) pour procurer une façon rafraîchissante de recharger nos batteries.

Avertissement

Ces déclarations n'ont pas été évaluées par le FDA. Ce produit n'est pas conçu pour diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie, mais plutôt en tant que supplément alimentaire conçu seulement pour un apport alimentaire. Ce produit ne devrait pas être utilisé par des femmes enceintes ou qui allaitent. Quiconque a une haute pression artérielle, une condition cardiaque ou une maladie de la thyroïde devrait consulter avec leur professionnel de la santé, avant de consommer ce produit.

Références

Richter C. Oxidative damage to mitochondrial DNA and its relationship to aging. Int J Biochem, Cell Biol. 1995, 27:7, 747-653.

Harman, Denham. The Biologic Clock: the mitochondria? J Am Geriat Soc. 1972, 20: 145-147.

DeGrey A. Reductive Hotspot Hypothesis of Aging. R.G. Landis, Austin, TX, 1999.

McDaniel MA, Maier SF, Einstein GO. Brain Specific nutrients: a memory cure? Nutrition.2003 Nov; 19(11-12):957-75.

Zimmer HG. The oxidative pentose phosphate pathway in the heart: regulation, physiological significance and clinical implications. Basic Res Cardiol. 1992; 87:3003-316.