



# L'HUILE D'OLIVE & LE CHOLESTÉROL

L'huile d'olive est un aliment incontournable de l'alimentation méditerranéenne qui présente de nombreux effets positifs pour la santé reconnus par l'ensemble des scientifiques, mais aussi par l'EFSA (l'autorité européenne qui valide les affirmations santé indiquées par l'agro-alimentaire). Connaissez-vous la meilleure huile d'olive au chémotype rare, riche en polyphénols ?



Envie d'en savoir plus sur ces huiles d'olive riches en polyphénols ?  
Regardez la conférence du Pr Henri Joyeux !  
Vidéos disponibles sur notre site [www.medicatrix.be/volive](http://www.medicatrix.be/volive)

## Pour un bonne protection cardiovasculaire, savoir :

L'huile d'olive est riche en acides gras mono-insaturés qui vous aident à maintenir un taux de **cholestérol normal** (allégation santé validée par l'EFSA). Concrètement, pour obtenir ces résultats, il vous suffit de remplacer les graisses saturées de votre alimentation (margarine et autres margarines allégées) par une huile d'olive (mais pas n'importe laquelle!).

Une autre propriété unique de l'huile d'olive est sa composition en polyphénols, comme l'hydroxytyrosol, tyrosol... Selon les recherches et l'EFSA, ces polyphénols contribuent à **protéger les lipides sanguins contre le stress**

**oxydant**, limitant ainsi la formation des plaques d'athérosclérose sur les artères.

## Combien de polyphénols (hydroxytyrosol et tyrosol) contient votre huile d'olive ?

Selon l'EFSA, tous les bénéfices cardiovasculaires évoqués ci-dessus sont rencontrés uniquement si vous consommez minimum 5 mg de polyphénols spécifiques à l'huile d'olive. **Ce sont donc les huiles les plus riches en polyphénols qui ont le meilleur effet santé** comparé à celles qui n'en contiennent que peu. **Des Oliviers cultivés dans un désert de rocaïlle, au Maroc, détiennent une richesse en polyphénols hydroxytyrosol inégalée** : 1 seule c. à soupe de cette

huile vous apportera l'ensemble des bienfaits là où 30 cuillères d'une huile d'olive traditionnelle seraient nécessaires. Olivie plus 30x est un véritable miracle de la nature dû à un terroir très dur et aride qui induit un chémotype particulier!

Cette huile particulière riche en polyphénols existe aussi en gélules, formule encore 60x plus concentrée en ces extraordinaires polyphénols (très pratique d'utilisation, 2 à 4 gélules au quotidien).

### Le saviez-vous ?

L'hydroxytyrosol est aussi la plus petite masse moléculaire polyphénolique capable de traverser la paroi sang-cerveau.

# 1 OUI AUX JAMBES LÉGÈRES! ÉLIXIR MÉDITERRANÉEN Dr. JACOB'S®

Grenade Fermentée, concentré de tomates hydrosoluble<sup>1</sup> et resvératrol



Le Dr Jacob's® a mis au point une nouvelle formulation de Élixir de Grenade Fermenté (44 grenades fraîches fermentées 3 semaines) augmenté d'un concentré de tomates hydrosoluble WSTC1 pour soutenir la circulation sanguine<sup>1</sup> (37 constituants bioactifs empêchent l'aggrégation des plaquettes). L'effet est ressenti 1h30 après la prise et toute la journée. A cela s'ajoute le TOTUM de polyphénols resvératrol

Le nouveau venu dans la famille des Élixirs de Grenade de Dr. Jacob's®

extrait de 10 kg de raisins, 10 fois plus concentré en resvératrol qu'un jus de raisin traditionnel, **pour participer à une bonne fonction cardiaque (EFSA)**. Essayez cette nouvelle **formule 3 en 1 de Dr. Jacob's® : simple, naturel et efficace!**

Chaque matin, 20ml d'Élixir Méditerranéen de Dr. Jacob's® dans max. 250ml d'eau. Consommé 1h30 avant l'entraînement, les sportifs récupéreront rapidement.

Produits disponibles en tous magasins bio et Points Conseils de qualité

① Sandra, notre Biochimiste, diplômée nutrithérapeute (Cerden), vous accueille chaque mercredi de 9h30 à 17h00 pour vous aider à mieux comprendre nos produits



02 808 13 51  
[www.naturamedicatrix.be](http://www.naturamedicatrix.be)

Votre distributeur exclusif Fr/Be/Lux  
**NATURA Medicatrix**