

# Tribulus

*Le tribulus est un complément à base de plantes qui améliore les niveaux de testostérone, favorisant naturellement les performances physiques, la libido et la croissance musculaire.*

## Principes de base

Le tribulus est un complément alimentaire naturel et non hormonal obtenue à partir de la plante médicinale *Tribulus terrestris*. La plante, qui pousse à Hawaï, en Europe de l'Est, en Inde et en Afrique, est utilisée dans ces régions depuis des siècles pour traiter de nombreux problèmes de santé, notamment l'atrophie musculaire, une libido insuffisante, une mauvaise fonction sexuelle chez les hommes, des problèmes de fertilité, des œdèmes, des affections du foie et des reins, des problèmes de santé cardiaque et bien d'autres encore.

Des études ont montré que la supplémentation en tribulus peut augmenter le taux de testostérone de l'organisme de plus de 50%. Le tribulus est donc considéré comme un moyen efficace de maintenir un bon niveau de testostérone. Contrairement à la DHEA et à l'androstènedione, le tribulus contribue à maintenir un bon niveau de testostérone en stimulant la libération de la LH (hormone lutéinisante).

En raison de ses effets puissants, le tribulus est la meilleure alternative végétale aux agents anabolisants synthétiques – le plus souvent illégaux – car il se rapproche le plus de ceux-ci au niveau de ses effets. La principale différence est que le tribulus n'a pas d'effets secondaires toxiques.

Pour les athlètes, cela signifie une croissance musculaire et une puissance physique optimales ainsi que des temps de récupération et de convalescence plus courts après des blessures. Outre l'effet diurétique de la testostérone, cela contribue à un profil musculaire bien défini. D'autres effets positifs du tribulus, outre sa capacité à aider à maintenir un bon niveau de testostérone, sont l'augmentation du sentiment général de bien-être et de bonne humeur ainsi que le maintien du niveau de cholestérol dans des limites normales.

## Effets

Les composants actifs du tribulus sont des substances végétales secondaires spéciales appelées saponines. Les saponines (du latin *sapo*, qui signifie savon) sont des substances glycosidiques naturelles solubles dans l'eau qui sont fréquemment présentes dans les plantes. Le principal principe actif est la protodioscine, un composé de type stéroïde. En stimulant la glande pituitaire, le tribulus favorise la libération de bons niveaux d'hormone lutéinisante (LH), qui à son tour influence la production de testostérone. Il en résulte le maintien de niveaux optimaux de testostérone libre chez les hommes et le maintien de niveaux optimaux de progestérone chez les femmes.

La connaissance des effets curatifs traditionnels du tribulus a incité un groupe de recherche médicale de l'institut de recherche chimique de Sofia, en Bulgarie, à le soumettre à une série d'essais intensifs. De nombreux tests différents ont été réalisés au cours des 20 dernières années, à la fois chez l'homme et sur les animaux. Ces essais ont prouvé que le tribulus encourage la libération de 72% d'hormone lutéinisante (LH) en plus, signalant ainsi à l'organisme de libérer des niveaux optimaux de testostérone (dans les essais, jusqu'à 42% de plus) dans le sang.

La raison pour laquelle le mécanisme d'action du tribulus est si important est que, contrairement aux stéroïdes anabolisants, le tribulus ne supprime pas la production de testostérone de l'organisme; au contraire, il produit davantage de testostérone propre à l'organisme. En effet, les stéroïdes anabolisants inhibent la libération de LH tandis que le tribulus la favorise. En plus de la LH et de la testostérone, le tribulus favorise également la libération de bons niveaux de FSH (hormone folliculo-stimulante) et d'œstradiol.

## Usages

Des études ont montré que le tribulus favorise une **activité myocardique optimale**, a un **effet antibactérien**, peut être utilisé en cas d'**infections et d'inflammations fongiques**, protège contre la formation de **calculs rénaux**, favorise la santé des **globules blancs et rouges** et favorise un **système immunitaire fort et sain**. Le tribulus a également été utilisé en cas de **douleurs et de pressions thoraciques anormales** et a montré une amélioration significative des troubles et des symptômes.



### Tribulus

- ▶ Favorise une bonne performance physique
- ▶ Améliore l'endurance et donne de l'énergie
- ▶ Aide à maintenir la pression sanguine dans des limites normales
- ▶ Possède des propriétés antibactériennes et fongicides
- ▶ Aide à réguler les processus inflammatoires cellulaires
- ▶ Favorise la formation du sang et la santé du système immunitaire
- ▶ Aide à maintenir le taux de cholestérol sain dans des limites normales
- ▶ Protège contre les calculs rénaux
- ▶ Aide à maintenir une bonne fonction sexuelle

en un coup d'œil

Tribulus

## Fonction sexuelle

**Homme :** Des études ont prouvé que l'apport quotidien de 750 à 1000 mg de tribulus favorisait de bons niveaux de testostérone chez les hommes dans les 30 à 60 jours.

Dans un autre groupe test qui a pris 750 mg de tribulus par jour, après seulement cinq jours, le taux de testostérone avait augmenté de 30%. En même temps, les participants ont connu une meilleure **libido**, de meilleures **performances sexuelles** et une meilleure spermatogenèse (formation de sperme). La plupart des participants au test ont également fait preuve d'une plus grande confiance en soi et/ou d'un meilleur état émotionnel général.

**Femme :** Chez les sujets féminins, le tribulus s'est révélé favoriser des niveaux optimaux d'hormone folliculo-stimulante (FSH) et d'œstradiol. La frigidité a diminué, la **libido** a augmenté, une **fertilité** optimale a été maintenue et les **problèmes liés à la ménopause** ont diminué. De nettes améliorations mentales ont également été observées, par exemple, moins d'**agressivité**, moins de **déprime** et une plus grande **vitalité**.

## Sports

Le tribulus s'est avéré être un moyen extrêmement efficace de maintenir **une énergie et une endurance** optimales pendant les activités sportives. Il agit directement et indirectement sur les fibres musculaires et favorise également un bon niveau de testostérone. Contrairement aux stéroïdes anabolisants, il n'a aucun effet secondaire et son innocuité est prouvée.

De plus, le tribulus aide à maintenir une bonne pression sanguine déjà dans les limites normales, favorise l'équilibre du sodium, a un effet positif sur l'équilibre hydrique des tissus et améliore le seuil de la douleur. Pour ces raisons, le tribulus est devenu un complément alimentaire important pour les athlètes olympiques.

## Composition

Une gélule contient 250 mg d'extrait de tribulus terrestris de qualité pharmaceutique.

Autres ingrédients: farine de riz, stéarate de magnésium.

## Posologie

En général, prendre 1-3 gélules par jour avec les repas et avec assez d'eau.

## Instructions

Les compléments alimentaires ne remplacent pas une alimentation équilibrée et variée et une bonne hygiène de vie. L'apport quotidien recommandé ne doit pas être dépassé. Les personnes sous surveillance médicale constante doivent consulter un médecin avant de la prise. Les informations sur les produits ne constituent pas une déclaration de guérison ; en général, nous déconseillons l'automédication sans consulter un médecin. Sous réserve d'erreurs ainsi que d'erreurs d'impression et de composition.

Garder dans un lieu frais et sec, hors de portée des enfants.

### Groupes de produits Tribulus

Tribulus se trouve dans les groupes de produits suivants ([www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com)):

-  **Hormones & Substances à effet hormone**
-  **Système cardiovasculaire**
-  **Santé masculine**
-  **Force & Énergie**
-  **Douleurs & Inflammations**
-  **Sexualité & Libido**
-  **Sports & Muscles**

Fabricant:



**VitaBasix**<sup>®</sup>

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [france@vitabasix.com](mailto:france@vitabasix.com)

Tel.: 00800-7030-7040 | Fax: 00800-1570 1590

### Remarques importantes:

Nos produits sont fabriqués selon le standard des bonnes pratiques de fabrication. La qualité, la pureté et la concentration sont régulièrement contrôlées par des laboratoires indépendants compétents, conformément aux directives de la FDA (Food and Drug Administration, États-Unis).

Nos produits sont conçus en tant que mesure préventive et pour l'amélioration du bien-être général. Pour une utilisation curative, nous vous recommandons expressément de consulter d'abord votre médecin.

Sous réserve de modifications et de fautes d'impression. Version: VBX1-21