

# Vitachron® male

*Vitachron® male est une préparation multivitaminée enrichie en minéraux qui contribue à une alimentation saine. Vitachron® male a été formulé sur la base de l'idée que des vitamines et des minéraux spécifiques sont nécessaires à l'organisme à certains moments de la journée, fournissant un complément chronobiologique unique, qui contribue parfaitement à une alimentation saine.*

## Bases

Les vitamines sont des éléments fondamentaux de la vie. Elles sont d'une importance essentielle pour la santé, car le corps humain ne pourrait tout simplement pas fonctionner sans elles. Tout comme les minéraux, les vitamines sont impliquées dans la plupart des réactions chimiques qui ont lieu dans l'organisme. Les carences en vitamines et en minéraux sont souvent à l'origine de nombreux symptômes et de problèmes de santé.

Il est essentiel que l'organisme de l'homme ait accès à certains micronutriments à des moments précis de la journée afin d'accomplir les tâches biologiques quotidiennes de base. En cas de carence en vitamines ou en minéraux, l'organisme compensera temporairement en utilisant les nutriments stockés dans les muscles, les os, la peau et le foie. Toutefois, à long terme, des symptômes de carence grave finiront par apparaître. Une carence en vitamines et en minéraux affecte principalement la conversion des aliments en énergie. En outre, toute carence en vitamines ou minéraux présents aura une incidence sur le niveau de protection contre les maladies, garanti par cette substance vitale particulière.

Certaines carences en micronutriments peuvent s'accumuler, sans être détectées, pendant des années. D'autres sont mises en évidence par la présence d'inflammation, de fatigue ou de perte d'appétit ou peuvent contribuer à une baisse des performances ou au développement d'une dépression.

Les vitamines et les minéraux sont connus comme biocatalyseurs car ils ont la capacité d'induire, d'accélérer ou de ralentir les changements biologiques au sein de chaque cellule. Il en va généralement de même pour les enzymes, les coenzymes, les acides aminés, les acides gras végétaux, les substances végétales secondaires et d'autres constituants alimentaires vitaux, tandis que de nombreux phytonutriments (nutriments obtenus à partir des plantes) peuvent diffici-

lement imiter diverses hormones. En fait, les phytochimiques qui sont connus pour aider à réguler les processus inflammatoires cellulaires sont un pilier important de la médecine ayurvédique (de l'Inde de l'Est).

Les humains peuvent tirer profit de l'incorporation dans leur régime alimentaire quotidien d'aliments ou de compléments qui fournissent des nutriments provenant de trois groupes de substances phytochimiques particulièrement actives.

**Enzymes:** Seules les enzymes peuvent décomposer notre nourriture en composants minuscules qui peuvent être transportés à travers les parois intestinales. Les aliments à base de plantes contiennent précisément les types d'enzymes nécessaires pour que la plante puisse être utilisée comme nourriture.

**Vitamines et pré-vitamines:** Il s'agit principalement de composés d'origine végétale qui sont d'une importance vitale pour le fonctionnement des organes chez l'homme. Sans elles, nous risquons de souffrir de carences potentiellement mortelles.

**Phytoalexines:** Sans les phytoalexines, il serait impossible de rester en bonne santé et de vivre longtemps. Elles possèdent principalement des actions antimicrobiennes et antioxydantes, et inhibent la croissance, la prolifération et la propagation.

Elles agissent essentiellement comme un remède antiâge spécialement développé pour combattre les deux principaux ennemis de la santé cellulaire, qui sont le résultat du mode de vie moderne typique: l'inflammation silencieuse et le stress oxydatif dû aux radicaux libres.

Les **adaptogènes** peuvent aider à maintenir un système immunitaire en bonne santé et un bon équilibre hormonal, à assurer une communication neurale adéquate et à aider l'organisme à mieux s'adapter aux facteurs de stress externes.

Des études montrent que les phytonutriments à eux seuls peuvent réguler les processus de l'organisme dans une douzaine de domaines liés à la santé. Ces domaines comprennent la protection du matériel génétique des cellules contre les dommages toxiques, le maintien d'un système immunitaire sain, le renforcement de l'équilibre hormonal, la protection de la santé cardiovasculaire et osseuse, le maintien d'une vision saine, la régulation de processus inflammatoires cellulaires et la protection contre le stress oxydatif.

The graphic features a stylized Vitruvian Man illustration. Above the figure are several icons representing health and vitality: a leaf, a signal tower, a person, a male symbol, a person with a checkmark, and a group of people. Below the figure, the text 'en un coup d'œil' is written vertically. The product name 'Vitachron® male' is prominently displayed, followed by a list of benefits:

- ▶ Formule multivitaminée chronobiologique pour hommes
- ▶ Donne de la vitalité et de l'énergie
- ▶ Assure des niveaux de performance optimaux

The name 'Vitachron® male' is also written vertically on the right side of the graphic.

## Effets

Comme toutes les substances actives, les enzymes, les vitamines, les oligo-éléments et tous les autres produits phytochimiques ont certains moments de la journée où leurs propriétés biochimiques sont les plus à même d'obtenir l'effet thérapeutique souhaité. Le matin est un moment d'activité, tandis que la nuit est le moment où se produisent les processus de régénération. Aujourd'hui, grâce à la science de la chronobiologie, nous connaissons les effets des interventions thérapeutiques sur nos horloges internes. La chronopharmacologie détermine quelle substance peut produire le plus grand effet avec le moins d'effets secondaires à quel moment de la journée. Plus nous nous orientons intelligemment par rapport à l'état de nos organes internes, plus nous pouvons récolter les bénéfices des vitamines, minéraux et nutriments que nous ingérons.

Avec Vitachron® male, les **vitamines A, B1, B2, B6, B12, l'acide folique, la niacinamide, l'acide pantothénique (vitamine B5), la biotine (vitamine H), C, D3, E et K1** sont apportées au moment le plus bénéfique de la journée – que ce soit le matin ou le soir – tous les ingrédients de chaque dose étant soigneusement combinés pour une efficacité optimale. Vitachron® male fournit :

### Les vitamines classiques

- ▶ La **vitamine A (comme palmitate)** et la **vitamine A (comme bêta-carotène)**, pour favoriser la croissance et la bonne circulation sanguine tout en protégeant les cellules
- ▶ La **vitamine B1 (thiamine)**, pour aider à maintenir les niveaux d'énergie tout en renforçant la cognition et l'appétit
- ▶ La **vitamine B2 (riboflavine)**, pour des cheveux, une peau et des ongles forts et pour réguler des processus inflammatoires cellulaires
- ▶ La **niacinamide**, pour favoriser la santé du système nerveux et aider à maintenir les niveaux de cholestérol déjà dans les limites normales.
- ▶ La **vitamine B6 (pyridoxine)**, pour réguler la production de sang et d'acide biliaire, favoriser la bonne digestion et pour apaiser les troubles prémenstruels

- ▶ L' **acide folique**, pour favoriser la production de globules rouges et protéger contre l'anémie tout en renforçant la fertilité
- ▶ La **vitamine B12 (cobalamine)**, pour favoriser la production d'énergie cellulaire et le stockage de l'énergie dans les muscles et l'ADN
- ▶ La **biotine**, pour réguler le métabolisme du glucose et des lipides, et pour protéger contre la chute des cheveux et les affections cutanées
- ▶ L'**acide pantothénique**, pour contribuer à la santé du système nerveux, pour une peau saine et une croissance cellulaire normale et pour protéger contre les processus oxydatifs.
- ▶ La **vitamine C (acide ascorbique)**, la «vitamine anti-âge», pour contribuer à la santé du système immunitaire, à un bon équilibre hormonal, et pour protéger contre les radicaux libres
- ▶ La **vitamine E (comme succinate d'acide D-alpha tocophéryle)**, un capteur de radicaux libres qui favorise la santé des membranes cellulaires et aide à maintenir le système cardiovasculaire en bonne santé
- ▶ La **vitamine K1 (phylloquinone)**, pour favoriser la circulation sanguine et les processus de coagulation du sang

### Les substances végétales

La **choline (bitartrate)** est une substance semblable à la graisse présente dans les membranes des cellules. Composante de la lécithine, la choline est souvent comparée aux vitamines B, car elle renforce l'activité des acides foliques et de certains acides aminés. Les neurotransmetteurs – les messagers chimiques du cerveau – sont formés à partir de la choline. La choline peut contribuer à renforcer les fonctions cognitives, en raison de son rôle dans le métabolisme des graisses, un des principaux constituants du cerveau. La choline favorise également la détoxification et l'excrétion des substances chimiques du corps. En cas de carence en choline, l'utilisation des graisses est perturbée et les lipides de l'alimentation qui restent dans la circulation sanguine s'accumulent dans le foie, où ils peuvent atteindre des niveaux dangereux.

Il existe environ 4000 **flavonoïdes** différents, dont la plupart sont des pigments de fleurs. Des études scientifiques ont prouvé l'impressionnante action biologique de nombre d'entre eux, notamment en ce qui concerne leurs propriétés d'imitation des hormones.

Les **bioflavonoïdes d'agrumes** sont des substances hautement antioxydantes qui aident à prévenir les allergies et sont essentielles pour protéger la vitamine C contre les radicaux libres.

Les **caroténoïdes naturels** constituent un groupe important d'agents colorants végétaux. Les caroténoïdes sont, en général, de puissants agents de lutte contre les radicaux libres, qui agissent de manière agressive pour protéger contre la menace que représente le stress oxydatif. Les caroténoïdes agissent également pour protéger les composants génétiques des cellules, contribuant ainsi à maintenir la santé cellulaire globale. L'effet synergique de plusieurs substances antioxydantes présentes dans les caroténoïdes leur confère la capacité d'aider à protéger contre les radicaux libres de la fumée de cigarette, des rayons UV, de la pollution électromagnétique et des toxines environnementales. De nombreuses études scientifiques montrent que les caroténoïdes peuvent également offrir une protection contre de nombreuses affections, les recherches portant sur tout, de l'athérosclérose, de la cataracte et des rhumatismes à la maladie d'Alzheimer et de Parkinson.

Le **bêta-carotène** est le pigment de jaune-orange à vert foncé que l'on trouve dans les fruits comme les pêches, les abricots et les mangues et dans les légumes comme les carottes, les épinards et la laitue. Le bêta-carotène protège spécifiquement le cholestérol contre l'oxydation, contribuant ainsi à améliorer la santé cardiovasculaire. Il a également un effet protecteur sur le thymus, une glande essentielle au bon fonctionnement du système immunitaire. Parmi tous les caroténoïdes, le bêta-carotène possède la plus forte activité de la vitamine A.

La **lutéine**, un des principaux caroténoïdes, contribue à la protection contre les radicaux libres. En raison de sa présence et de son action dans le tissu oculaire, un plus grand apport de lutéine est associé à une réduction du risque de dégénérescence maculaire liée

à l'âge (DMLA). Il a également été démontré que la lutéine protège les tissus des voies respiratoires et des poumons de manière similaire.

Parmi tous les extraits de plantes, le **lycopène** est considéré comme l'antioxydant peut-être le plus important. Présent en forte concentration dans les tomates et les cynorhodons, les substances actives du lycopène aident à protéger les voies respiratoires, tout en contribuant à la bonne santé cardiovasculaire et cellulaire.

L'**inositol** renforce l'efficacité des neurotransmetteurs tels que la sérotonine, « l'hormone du bonheur », qui a également des propriétés de stabilisation de l'humeur.

En tant que co-enzyme, le **PABA (vitamine B10)** améliore les fonctions de l'acide folique, important pour la santé du cerveau, et de l'acide pantothénique, un régulateur du stress.

L'**extrait de feuille de damiana** est plus qu'un simple aphrodisiaque à base de plantes d'Amérique du Sud. En plus de renforcer la libido et d'améliorer la santé des organes sexuels, elle aide également le corps à maintenir une bonne réserve d'énergie et de bons niveaux d'endurance. Certaines substances contenues dans la damiana peuvent également favoriser la bonne humeur et aider à apaiser le stress, contribuant ainsi à une sensation de bien-être général.

L'**extrait de racine muira puama** – connu sous le nom de « bois de puissance » au Brésil – est un arbre de santal dont les fruits ressemblent à des pierres. Les extraits de muira puama aident à maintenir de bons niveaux de testostérone, tout en stimulant le désir sexuel.

Grâce aux saponines qu'il contient, l'**extrait de racine de salsepareille (smilax officinalis)** possède de légères propriétés de type hormonal qui lui permettent de maintenir de bons niveaux d'énergie et de favoriser la purifica-

tion du sang. Dans diverses traditions de la médecine populaire, il est considéré comme un aphrodisiaque et on pense qu'il possède des propriétés antibactériennes, ainsi que des propriétés régulant les processus inflammatoires cellulaires.

L'**extrait de racine de gingembre** a été à l'origine très apprécié pour ses effets relaxants, mais il agit également comme aphrodisiaque.

L'**extrait de racine de panax ginseng** est une plante médicinale qui a un grand potentiel. Il aide à maintenir de bons niveaux de testostérone tout en renforçant les effets normalisateurs des hormones de stress sécrétées par les glandes surrénales. Diverses études confirment également le potentiel du ginseng à stimuler la libido.

#### Les minéraux

Non seulement les minéraux et oligo-éléments importants tels que le **magnésium, le cuivre, le zinc, l'iode, le fer, le sélénium, le manganèse, le bore, le chlorure de potassium, le chrome et le molybdène** montrent leurs propres effets bioactifs essentiels, mais ils améliorent également l'efficacité des acides aminés et des enzymes

De nombreuses propriétés de ces minéraux et oligo-éléments sont inconnues du grand public. Par exemple, le **chrome**, un minéral dont la teneur normale dans l'organisme ne dépasse pas six milligrammes, est de la plus haute importance pour divers processus biologiques. Le chrome favorise une bonne assimilation de l'insuline par les cellules de l'organisme, en maintenant de bons niveaux de glycémie, déjà dans les limites normales, et en contribuant à protéger contre l'insulinorésistance. Dans certains cas, l'obésité a été liée à l'insulinorésistance. Une étude clinique a montré que l'ingestion d'une dose minimale de chrome pendant dix semaines était associée à une réduction de poids. La carence en chrome a été liée à l'athérosclérose, à l'hypertension,

à l'hypoglycémie, aux accidents vasculaires cérébraux, à un poids loin du poids santé, et à un taux de cholestérol élevé.

Le mélange minéral **Coral Calcium®** contient des dizaines d'oligo-éléments. Le calcium océanique est un produit de la digestion des animaux marins, ce qui signifie qu'il est organique et plus facilement absorbé. Le principal effet du Coral Calcium® est d'aider à maintenir de bons niveaux de pH pour aider à protéger contre un système trop acide.

L'extrait de poivre noir **Bioperine®** aide à renforcer les effets des autres ingrédients de la formule.

#### Usages

**Santé et bien-être:** Vitachron® male est utilisé comme un complément quotidien à une alimentation saine, qui contribue à maintenir et à améliorer le bien-être général.

**Troubles métaboliques et digestifs:** En cas de carence en vitamines et minéraux liée à l'alimentation (par exemple en cas de régime alimentaire restreint ou de malnutrition) ou de conditions nécessitant de grandes quantités de vitamines (par exemple pendant les phases de croissance), il est conseillé de prendre un supplément de Vitachron® male étant donné qu'il a été conçu pour fournir les nutriments nécessaires au moment optimal de la journée pour une meilleure absorption.

**Prévention/intégration:** De nombreux médicaments augmentent les besoins de l'organisme en nutriments spécifiques. La supplémentation en temps utile d'une formule quotidienne de multivitamines/multiminéraux peut aider à réduire les effets secondaires liés au manque de nutriments dans ces cas. L'effet thérapeutique d'autres compléments alimentaires adaptés aux besoins spécifiques d'une personne peut être à la fois maintenu et renforcé par la prise simultanée de compositions chronobiologiques appropriées de vitamines et de minéraux comme Vitachron® male.

## Composition Vitachron® male

### Gélule AM (matin)

	par gélule / dose journalière	
Vitamine A (comme palmitate)	300 mcg RAE / 600 mcg RAE	
Vitamine A (comme bêta-carotène)	750 mcg RAE / 1500 mcg RAE	
Vitamine C	175 mg	350 mg
Lutéine	60 mcg	120 mcg
Lycopène	60 mcg	120 mcg
Vitamine D3 (comme cholécalférol)	5 mcg	10 mcg
Vitamine E (comme succinate d'acide D-alpha tocophéryle)	50 mg	100 mg
Choline (bitartrate)	22,5 mg	45 mg
Vitamine B6	5 mg	10 mg
Inositol	22,5 mg	45 mg
Vitamine K1	50 mcg	100 mcg
Bioflavonoïdes d'agrumes	50 mg	100 mg
Calcium (Ca)	75 mg	150 mg
Magnésium (Mg)	40 mg	80 mg
Manganèse (Mn)	1,5 mg	3 mg
Bore (B)	0,5 mg	1 mg
Chrome (Cr)	100 mcg	200 mcg
Sélénium (Se)	50 mcg	100 mcg
Molybdène (Mo)	50 mcg	100 mcg
Iode (I)	100 mcg	200 mcg
Extrait de racine de muira puama	37,5 mg	75 mg
Extrait de feuille de damiana	37,5 mg	75 mg
Coral Calcium®	12,5 mg	25 mg
Bioperine®	1,25 mg	2,5 mg

de qualité pharmaceutique. Autres composants : stéarate de magnésium, SiO<sub>2</sub>.

### Gélule PM (soir)

	par gélule / dose journalière	
Vitamine B1 (thiamine)	7,5 mg	15 mg
Vitamine B2 (riboflavine)	7,5 mg	15 mg
Niacinamide	20 mg	40 mg
Acide pantothénique	30 mg	60 mg
Biotine	150 mcg	300 mcg
Calcium (Ca)	7 mg	14 mg
Acide folique	200 mcg	400 mcg
PABA	15 mg	30 mg
Vitamine B12	25 mcg	50 mcg
Magnésium (Mg)	100 mg	200 mg
Chlorure de potassium (KCl)	35 mg	70 mg
Zinc (Zn)	7,5 mg	15 mg
Fer (Fe)	7,5 mg	15 mg
Cuivre (Cu)	0,5 mg	1 mg
Extrait de racine de salsepareille (smilax officinalis)	37,5 mg	75 mg
Extrait de racine de gingembre	37,5 mg	75 mg
Extrait de racine de panax ginseng	37,5 mg	75 mg
Coral Calcium®	12,5 mg	25 mg
Bioperine®	1,25 mg	2,5 mg

de qualité pharmaceutique. Autres composants : cellulose microcristalline, stéarate de magnésium, SiO<sub>2</sub>.

## Posologie

En général, prendre 2 gélules AM (jaunes) le matin et 2 gélules PM (bleues) le soir 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.

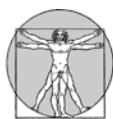
Garder dans un lieu frais et sec, hors de portée des enfants.

### Groupes de produits de Vitachron® male

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

-  Vitamines & Compléments alimentaires
-  Chronobiologie
-  Système immunitaire, protection cellulaire & Antioxydants
-  Santé masculine
-  Force & Énergie
-  Métabolisme & Poids

Fabricant:



**VitaBasix®**

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: VBX1-22