SPIRULINE Bio Thalado - 200 GELULES

La spiruline est riche en Protéines, Vitamine B12, Sodium, Potassium, Phosphore, Fer, Chrome, Manganèse, Vitamine A.

Marque : Thalado Comptoir des Algues
Référence : pcas

Prix : 25.00€

Critères associés :
Compléments : Tonus

SPIRULINE BIO 200 géllules

La spiruline est une algue bleue-verte qui existe depuis des millénaires. Elle est présente dans les eaux douces et salées chaudes des régions tropicales et subtropicales. Les premières traces de son utilisation par les êtres humains remontent à l'époque des Aztèques et des Mayas, qui l'utilisaient comme source de nourriture.

Au fil des siècles, la spiruline est restée un aliment traditionnel dans certaines régions du monde, notamment en Afrique et en Asie, où elle est récoltée à partir de lacs et de bassins d'eau douce. Cependant, ce n'est qu'à

partir du 20e siècle que la spiruline a commencé à être étudiée scientifiquement et à attirer l'attention en tant que super-aliment.

Dans les années 1960, des chercheurs français ont découvert que la spiruline était une source exceptionnelle de protéines, de vitamines, de minéraux et d'antioxydants. Ils ont également constaté qu'elle contenait une grande quantité de chlorophylle, ce qui lui donne sa couleur caractéristique. Ces découvertes ont suscité l'intérêt de la communauté scientifique, qui a commencé à étudier de plus près les bienfaits de la spiruline pour la santé humaine.

Au cours des dernières décennies, de nombreuses études ont été menées pour évaluer les effets de la consommation de spiruline sur divers aspects de la santé, tels que la fonction immunitaire, la régulation du cholestérol et de la glycémie, la santé cardiovasculaire et la prévention du cancer. Les résultats de ces études ont été largement positifs, et de plus en plus de personnes ont commencé à intégrer la spiruline dans leur alimentation quotidienne.

La spiruline est une algue bleue-verte qui est souvent considérée comme un superaliment en raison de ses nombreux bienfaits pour la santé. Voici quelques-uns des avantages potentiels de la spiruline :

1. Source de protéines : La spiruline est riche en protéines et contient tous les acides aminés essentiels nécessaires à la croissance et à la réparation des tissus.

2. Antioxydant : La spiruline contient des antioxydants tels que la chlorophylle, la phycocyanine et la bêta-carotène, qui aident à neutraliser les radicaux libres et à réduire les dommages causés par le stress oxydatif.

3. Renforcement du système immunitaire : La spiruline stimule le système immunitaire grâce à ses propriétés antioxydantes et anti-inflammatoires, ce qui peut aider à prévenir les maladies et à renforcer la résistance aux infections.

4. Réduction de l'inflammation : La spiruline contient des acides gras oméga-3 qui aident à réduire l'inflammation dans le corps, ce qui peut soulager les symptômes de problèmes inflammatoires tels que l'arthrite.

5. Amélioration de l'énergie : La spiruline peut augmenter les niveaux d'énergie grâce à sa teneur en vitamine B12, en fer et en acides aminés qui aident à transporter l'oxygène dans le corps.

6. Effet détoxifiant : La spiruline peut aider à éliminer les toxines du corps en améliorant la digestion, en favorisant le bon fonctionnement du foie et en soutenant la santé des reins.

7. Soutien pour la perte de poids : La spiruline peut être bénéfique pour la perte de poids car elle aide à réduire l'appétit, augmente le métabolisme et favorise une sensation de satiété.

Il convient de noter que ces bienfaits potentiels de la spiruline sont basés sur des études scientifiques limitées et que les résultats peuvent varier d'une personne à l'autre. Avant de commencer à prendre des suppléments de spiruline ou tout autre changement majeur dans votre alimentation, il est recommandé de consulter un

professionnel de la santé qualifié.

Contenu : Poudre de Spiruline "Spirulina platensis"

Enveloppe végétale : Hypromellose

Conseil : Il est préférable de commencer la cure par 1 gélule de spiruline par jour la première semaine, le matin accompagnée d'une vitamine C (jus d'orange ou citron) , 2 gélules de spiruline par jour la deuxième semaine, le matin et le midi, 3 par jour la troisième semaine le matin et le midi, puis 4 à 6 le matin et le midi les semaines suivantes jusqu'à la fin du pilulier.

Ne pas dépasser la dose indiquée. Ne pas utiliser comme substitut d'un régime alimentaire varié. Tenir hors de portée des jeunes enfants.

A conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité.

Poids net : 50 g

Lien vers la fiche du produit