

# SPIRULINE Bio Système immunitaire - 3 x 300 comp Nature et Partage - INFINIE SANTE

**Produit** SPIRULINE Bio Système immunitaire - 3 x 300 comp Nature et Partage

---

**Prix** 36.90 EUR

---

**Image produit**



**Résumé** Renforce le système immunitairePrévient de l'insuffisance cardiaqueStabilise le cholestérolAméliore la vigueur digestive et gastro-intestinale Détoxifie le corpsSuper anti-oxydant \* d'après l'usage qui en est fait dans les médecines orientales, africaines et asiatiques Contenance : Pilulier de 300 comprimés dosés à 500mgRiche en fer et en chlorophylle, spiruline à 2,6% de phycocyanine à l'activité antioxydante (contre 2 à 10% pour la plupart des spirulines commercialisées).Utiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

---

## Description

Ce qu'il faut savoir : La spiruline est l'algue comestible connue la plus riche en protéines végétales: 65g pour 100g de spiruline (un steak possède environ 25g de protéine pour 100g). La spiruline contient également beaucoup de vitamines (en particulier du groupe B) : A, E, D, B1, B2, B3, B6, B7, B8, B12, K et du bêta-carotène en très grande quantité. C'est la deuxième source de vitamine B1 derrière la levure de bière et la première source de vitamine B12 (la spiruline en contient 4 fois plus que le foie de boeuf). La spiruline renferme également de nombreux minéraux et d'oligo-éléments: calcium, phosphore, magnésium, fer, zinc, cuivre, manganèse, chrome, sélénium, sodium et potassium qui participent de façon active aux différents métabolismes musculaires, neurologiques et endocriniens. Des pigments sont également présents : la chlorophylle et la phycocyanine. Ces antioxydants favorisent l'absorption du fer dans le sang (chlorophylle) et renforcent le système immunitaire (phycocyanine). Cerise sur le gâteau ! Cette algue contient des acides gras essentiels: oméga 3 et 6. La Spiruline est considérée comme la descendante de la première forme de vie ayant développé la photosynthèse. Il y a 3,5 milliards d'années, les algues bleues se sont mises à produire de l'oxygène et modifier notre atmosphère, ce qui a entraîné l'apparition des formes de vie que nous connaissons. Depuis, les algues contribuent à contrôler la biosphère de notre planète. Deux spirulines : Il existe deux sortes de spirulines : la *Spirulina Maxima* et la *Spirulina Platensis*. Elles possèdent des origines bien différentes et ont été découvertes pour la première fois dans deux endroits distincts. La *Spirulina Maxima* vient du Mexique et était consommée par les Aztèques du lac Texoco. Ils récoltaient les algues à la surface du lac, puis ils les séchaient au soleil, ensuite cuire, et ils les consommaient alors sous l'appellation de Tecuitlatl. La *Spirulina Platensis*, quant à elle, a été découverte au Tchad, en 1964. Ces deux espèces possèdent plusieurs aspects en commun et sont réputées notamment pour leurs utilités thérapeutiques, leur composition nutritionnelle, ou bien encore leur haute résistance aux microbes. Utilisation : Les personnes carencées, les sportifs, les végétariens peuvent consommer 6 gél. de spiruline par jour, et progressivement augmenter la dose si nécessaire. Il est toutefois possible de consommer jusqu'à 10 grammes par jour de spiruline mais pendant de courtes durées : lors d'entraînements sportifs intenses ou en compétition, en cas de problèmes de santé menant à des carences ponctuelles importantes ou des difficultés à s'alimenter. Il vaut mieux ne prendre qu'une demi cuillère de spiruline les 5 premiers jours, pour laisser au corps le temps de s'habituer à la spiruline. Une dose trop importante dès le début pourrait provoquer un léger mal de crâne dû aux effets détoxifiants, ou un effet laxatif. La spiruline biologique est produite sans engrais de synthèse, sans pesticides ni additifs alimentaires. Il est tout à fait possible de produire de la spiruline biologique chez soi, en utilisant uniquement des sels minéraux naturels et des intrants organiques. Posologie : prendre 3 à 10 comprimés par jour à répartir dans la journée. Composition : 100% poudre de spiruline (*Arthrospira platensis*) certifiée biologique. Le taux de phycocyanine est égal à 12,6%, contre 2 à 10% pour la plupart des spirulines. Contre-indications : Déconseillé pour des enfants de moins de 12 ans. Ce produit ne doit pas remplacer une alimentation équilibrée et variée et un mode de vie sain. Ne pas dépasser la dose quotidienne recommandée. A conserver à l'écart de l'humidité.

---