

BACOPA MONNIERI Apprentissage mémoire - Planticinal - INFINIE SANTE

Produit BACOPA MONNIERI Apprentissage mémoire - Planticinal

Prix 22.00 EUR

Image produit



Résumé Mémoire Capacité d'apprentissage. Contenance : 90 gél. Utiliser toujours nos produits sur l'avis d'un thérapeute

Description : Bacopa monnieri est un tonique ayurvédique réputé dont l'usage remonte à plus de 3.000 ans. Les sujets traités améliorent acquisition et rétention mémorielles et font preuve d'une rapidité de réaction supérieure. la bacopa améliore de manière significative la capacité d'apprentissage. les enfants supplémentés en bacopa font preuve d'une rapidité et d'une précision supérieures. La bacopa agit en accroissant la synthèse protéique dans l'hippocampe, une région du cerveau instrumentale dans la mémorisation à long terme, et cela de manière dose dépendante. il agirait en accroissant la production de monoxyde d'azote (no) un messenger chimique d'une importance essentielle.

Composition : 10 mg de stéarate de magnésium végétal 100 mg d'extrait de bacopa monnieri standardisé à 50 % de bacosides gél. gastro résistante végétale (hpmc). Conseils d'utilisation : 1 gél. 3 fois par jour 30 minutes avant les repas En savoir + : La Bacopa monnieri, ou hysope de l'eau, est une petite plante aquatique d'environ 30 cm. Elle se présente sous la forme de longues tiges feuillues aux fleurs blanches. Des milliers d'aquariophiles cultivent cette plante dans leurs aquariums car elle est capable de filtrer l'eau. Mais la plupart d'entre eux ignorent totalement ses étonnants secrets pour la santé du cerveau. On trouve des traces d'utilisation de la Bacopa monnieri dans la médecine indienne de plus de 3 000 ans, et notamment l'Ayurveda. Elle était alors utilisée pour stimuler l'apprentissage dans une époque essentiellement tournée vers la transmission orale de la connaissance. De manière traditionnelle, la Bacopa monnieri était utilisée pour traiter un large éventail de problèmes tels que l'anxiété, la dépression, l'inflammation, la toux, la constipation, l'empoisonnement¹⁸, mais surtout pour booster les capacités cognitives comme la mémoire. Ce n'est que dans les années 90 que la recherche occidentale commença à lui manifester de l'intérêt et à investiguer ses vertus sous un œil scientifique. Un engrais pour vos neurones Ses effets sur la mémoire en particulier sont ceux qui ont le plus retenu l'attention. Des recherches en laboratoire ont ainsi pu montrer que cette plante réussit le tour de force d'augmenter le transport de sérotonine (un neurotransmetteur) par notre cerveau au niveau de l'hippocampe, le centre le plus important de notre mémoire²¹. Encore plus étonnant, on peut la considérer comme un véritable engrais neuronal en stimulant la croissance dendritique, autoroutes indispensables de la communication interneuronale. Cela signifie que les premières études sur la Bacopa laissaient présager que cette plante pourrait aider notre cerveau à apprendre mieux et plus vite ! Plusieurs études, menées depuis 2001 chez l'homme, ont montré que cette plante améliore certaines capacités intellectuelles dans différents tests. Traitez pendant 12 semaines à des doses situées entre 300 et 1 500 mg par jour, les participants de ces différentes études ont vu leurs capacités d'apprentissage auditif, de compréhension de figures complexes, de mémoire ou encore d'attention à des tâches multiples augmenter significativement. Ces résultats étaient non seulement visibles chez des personnes âgées dont la mémoire a tendance à flancher, mais aussi chez des adultes jeunes en pleine santé qui n'avaient au départ aucun problème de mémoire ! La Bacopa n'est pas considérée comme une substance dopante, et contrairement aux stimulants intellectuels chimiques comme les amphétamines, elle n'est pas mauvaise pour la santé, voilà pourquoi les étudiants feraient bien d'en profiter... Une arme contre le vieillissement cérébral Contre Parkinson ou Alzheimer les solutions thérapeutiques sont limitées, aussi bien du côté de la médecine classique que du côté des solutions alternatives. Bacopa monnieri montre de belles promesses quant à la prévention de ces maladies : les résultats obtenus sur des rats suggèrent que cette plante joue un rôle protecteur des neurones en empêchant la diminution de la dopamine, responsable des symptômes de la maladie de Parkinson. Véritable pompier métabolique, elle semble aussi avoir un effet sur la dégradation de l'acétylcholine, autre neurotransmetteur impliqué dans la maladie d'Alzheimer. Les chercheurs expliquent que les composants de cette herbe folle, et en particulier les bacosides, semblent être des fans inconditionnels de notre cerveau en limitant la dégradation des neurones, que ce soit consécutivement à un stress psychologique, à une inflammation ou à une maladie, en particulier au niveau de l'hippocampe (mémoire), du cervelet (fonctions motrices) et du striatum (traitement de la douleur, cicatrisation nerveuse). Ils parlent d'effet neuroprotecteur, une propriété très rare dans la nature. Bien entendu, cette neuroprotection n'est possible qu'en consommant la Bacopa à titre préventif. En cas de maladie cérébrale déjà enclenchée, la Bacopa permettra de ralentir son évolution²⁶. Cet effet neuroprotecteur est en fait si puissant qu'il est capable de protéger le cerveau des toxiques les plus forts tels les métaux lourds comme le mercure ou l'aluminium^{27,28}. D'une manière générale, Bacopa Monnieri est un excellent antioxydant cérébral.

Description