

Équilibre Iode

Prévention du déficit en Iode

L'iode est un oligo-élément présent dans le corps humain en très faible quantité (15 à 20 mg chez l'adulte). Il se concentre au niveau de la thyroïde petite glande en forme de papillon située à la base du coup. Mais sa présence est indispensable car elle permet d'assurer le bon fonctionnement de cette glande et la production d'hormones essentielles pour le corps humain.

Un déficit en iode entraîne obligatoirement un dysfonctionnement de la glande thyroïde (hypothyroïdie) avec pour conséquences :

- Prise de poids due à un ralentissement de la combustion des sucres et des graisses par les cellules.
- Fatigue car plus d'énergie fournie grâce à la combustion des sucres et des graisses.
- Frilosité.
- Troubles du système nerveux.
- Troubles de la fertilité.
- Chez la femme enceinte perturbation du développement du système nerveux du fœtus.

Dans les cas de carences graves :

- Goitre
- Perturbation du développement du cerveau, retard mental

Composition : Extractions Intégrales concentrées en principes actifs issus exclusivement de végétaux 100% biologiques à partir de : Fucus vésiculeux

Riche en : Iode

Associations conseillées : Équilibre Fer chez la femme enceinte

Flacon de 60 gélules

Conseils d'Utilisation :

1 gélule par jour

Un peu d'histoire

Au début du 20^{ème} siècle, les médecins constataient que dans certaines régions reculées montagneuses le taux d'enfants atteint de retard mental (crétinisme) était très supérieur au taux des régions de bord de mer. Le développement de goitre au niveau de la thyroïde chez l'adulte établissait la relation entre la carence en iode et ces troubles.

Actuellement dans les pays occidentaux les législations ont institué l'ajout d'iode au sel de table afin de limiter les carences. Or, notre consommation de sel de table a diminué considérablement depuis les années 50 et notre apport en iode par le sel de cuisine est passé de 55% à 15% entre 1950 et 1999.

D'ailleurs, les études récentes ont montré que les populations de nombreux pays européens dont la France étaient à nouveau exposées à un déficit en iode.

Or l'iode (Symbole I), est un élément indispensable au bon fonctionnement de notre organisme puisqu'il entre dans la composition des hormones thyroïdiennes.

Quelques exemples de l'action des ces hormones pour mieux comprendre l'importance d'une carence en iode :

- sans iode toutes nos cellules fonctionnent au ralenti (ralentissement du métabolisme de base),
- sans iode, nous ne pouvons pas réguler notre température d'où la frilosité,
- sans iode, nous ne pouvons pas correctement transformer les sucres et graisses que nous absorbons d'où la prise de poids,
- sans iode le rythme cardiaque peut être ralenti,
- sans iode le bon fonctionnement de notre cerveau est perturbé d'où perte de mémoire et difficulté de concentration,
- chez l'enfant ces hormones interviennent dans la croissance des os d'où la possibilité d'un retard de croissance,
- chez l'enfant, ces hormones interviennent dans le développement du cerveau d'où des difficultés d'apprentissage en cas de carence en iode.

En fait, la thyroïde régule la vitesse du moteur qui fait fonctionner chacune de nos cellules. Si la production d'hormone est insuffisante à cause d'un déficit en iode, tous nos organes tournent au ralenti.

L'iode est présent dans les produits de la mer, les plus riches étant les fruits de mer (mollusque et crustacés), ensuite viennent les poissons et bien entendu les algues. Malheureusement, la pollution des mers produit très souvent dans ces aliments une concentration en métaux lourds et pesticides.

C'est pourquoi nous avons élaboré **Équilibre Iode** afin de présenter un complexe dont le dosage en iode élément correspond au besoin journalier, avec notre technique d'extraction à l'eau qui permet de garantir l'absence de métaux lourds, de pesticides, de toxiques de toute nature.

Comme pour toutes nos **Extractions Intégrales**, nous garantissons une assimilation maximale puisque l'iode est récupéré en même temps que ses vecteurs d'absorption (fibres).

1. Assimilation

L'iode présent dans l'algue *Fucus vésiculeux* est sous forme « organique » c'est-à-dire parfaitement assimilable et parfaitement reconnue par nos cellules comme non dangereux.

En effet, de récentes études ont montré que les formes non organiques, comme celles utilisées pour l'adjonction d'iode dans le sel de table afin de répondre aux exigences de la législation, pourraient être à l'origine de troubles plus graves car reconnues comme agresseurs potentiels par notre système immunitaire au niveau de la thyroïde.

2. Association avec des cofacteurs d'origine naturelle

Les cofacteurs sont les molécules indispensables à l'assimilation. La fabrication d'hormones par la thyroïde nécessite la présence d'iode mais également de Zinc et de Sélénium, oligo-éléments tous deux présents dans **Équilibre Iode**.
