



La banane verte nous révèle ses secrets: une innovation Phytobôkaz



« Retrouver votre bien-être avec le prébiotique Banuline »

## ZOOM sur les prébiotiques

Certaines bactéries de notre corps sont de précieuses alliées pour notre santé !

Nous transportons près de **100 000 milliards de bactéries** en permanence ! Elles font partie de nous. Elles colonisent surtout notre système digestif. L'ensemble de ces bactéries, longtemps appelé « flore microbienne », est désigné aujourd'hui sous le terme de « **MICROBIOTE** ».

Le microbiote permet la dégradation des ingrédients non digérés par nos enzymes mais il joue également un rôle immunitaire très important. Il permet de protéger l'organisme des bactéries « indésirables », potentiellement dangereuses ; on parle de « l'effet barrière ».

### Le bon équilibre!

Parmi les quelques 500 espèces différentes de bactéries du microbiote, il existe des « bonnes bactéries » et d'autres « indésirables » qui se régulent normalement entre elles en permanence. Mais **notre mode de vie moderne perturbe cet équilibre**.

Nous savons aujourd'hui que certains facteurs tels que les antibiotiques, les gastro-entérites, les allergies

ou intolérances alimentaires ou le stress, peuvent désorganiser le microbiote. Cela peut entraîner une augmentation de la charge pathogène et toxique dans l'organisme mais aussi provoquer des troubles fonctionnels digestifs (ballonnement, diarrhées transitoires, inconfort digestif, aigreurs d'estomac, inflammation digestive) entre autres. **La solution est de chercher à maintenir l'équilibre de notre microbiote par une bonne combinaison entre les probiotiques et les prébiotiques.**

### Probiotiques ? prébiotiques?

Les **probiotiques** sont des bactéries ou levures avalées vivantes (yaourt, gélules) et bénéfiques pour la santé. Deux espèces bactériennes, des lactobacilles et des bifidobactéries, constituent les deux souches bénéfiques principales du microbiote. Toutefois, il ne suffit pas d'apporter des probiotiques « extérieurs ». Il faut fournir de l'énergie à notre microbiote (propre ou extérieur) ! C'est le rôle des **prébiotiques**.

Les **prébiotiques** sont des « fibres » au sens large du terme. Ce sont de véritables « friandises » pour les « bonnes bactéries ». Elles leur permettent de se multiplier et de renforcer le système immunitaire en induisant une meilleure résistance aux infections.

L'efficacité des prébiotiques est d'ores et déjà démontrée dans l'amélioration du transit, sur la réduction de la masse grasse (surpoids et obésité), sur le diabète, sur l'inflammation et le statut immunologique des patients atteints de MICI (maladie inflammatoire chronique des intestins).

Les prébiotiques les plus connus sont les fructo-oligosaccharides (FOS), l'inuline et les amidons résistants contenus naturellement dans certains fruits et légumes. Sous nos latitudes, il existe un fruit riche en amidons résistants : la banane verte .



### Les amidons résistants de la banane verte : « engrais » pour nos bonnes bactéries

Sous l'action de la flore intestinale, les amidons résistants de la banane verte sont transformés en acides gras volatils, et notamment en acides gras à chaîne courte. Ils ont un rôle important dans la détermination du pH colique, de l'absorption du calcium, du fer ou du magnésium, de la modulation de l'hydratation des selles ou encore sur l'amélioration du métabolisme du glucose et des lipides au niveau du foie.

Par l'ensemble de ces effets, les amidons résistants de **Banuline** favorisent la multiplication des bonnes bactéries du colon. **Les actifs de la banane verte aident ainsi au développement et à l'équilibre de la flore intestinale tout en renforçant les défenses naturelles de notre corps.**

### Un cocktail moléculaire unique qui soulage la muqueuse digestive!

Outre les amidons résistants, de nombreux travaux scientifiques réalisés sur la banane verte ont montré qu'elle contient d'autres actifs complémentaires tels que des molécules cicatrisantes de la muqueuse gastrique (sitoindosides, flavonoïdes) et des molécules antioxydantes (polyphénols, flavonoïdes, dopamine).

Les antioxydants sont des molécules qui permettent de réduire le stress oxydatif généré dans nos cellules par la fatigue, le tabac, l'alcool, les pollutions atmosphériques, etc., qui affaiblissent l'état de santé de notre organisme. Le stress oxydatif accélère les phénomènes de vieillissement et est impliqué dans de nombreuses maladies.

### Un complément alimentaire 100% naturel!

**Banuline est un complément alimentaire dont les molécules actives thermolabiles restent préservées grâce à une technologie innovante et naturelle mise au point par le laboratoire Phytobôkaz . Les actifs agissent en synergie pour votre bien-être et votre confort digestif. Banuline est une poudre de banane verte pure, stabilisée, sans colorant, sans conservateur et sans additif.**

Demander conseil à votre pharmacien. Banuline est disponible dans les pharmacies de Guadeloupe, Martinique, Guyane et Réunion. **Conseil d'utilisation:** 1 c. à café à diluer dans un peu d'eau matin et soir.

