bioclinic naturals
solutions naturelles + résultats cliniques
bioclinicnaturals.com

Resvératrol

Quelques mots sur Resvératrol

- Le resvératrol est un polyphénol naturel présent dans un certain nombre de fruits et de noix, en particulier le raisin et les arachides.
- Il est l'un des composés naturels les plus étudiés, principalement pour son rôle dans l'amélioration de la santé cellulaire et ses effets sur le vieillissement en santé et la longévité. On pensait à l'origine qu'il expliquait le « paradoxe français » ; la teneur en resvératrol du vin était considérée comme responsable de la réduction de l'incidence de l'obésité et des maladies cardiovasculaires observée chez les Français, malgré un régime riche en graisses.[1]
- Le resvératrol est connu pour être un puissant antioxydant, protégeant les cellules contre le stress (oxydatif) des radicaux libres. Non seulement c'est un antioxydant en soi, mais il active également de nombreuses voies moléculaires différentes dans les cellules, qui offrent une protection supplémentaire. Cette protection antioxydante supplémentaire a été associée à des effets cardioprotecteurs, neuroprotecteurs et de vieillissement en santé.[2–4]
- Il a également été démontré que le resvératrol active un « gène de longévité » connu sous le nom de SIRT1. Dans des modèles expérimentaux, l'activation de SIRT1 a été liée à une augmentation de la santé et de la longévité, à une amélioration de la fonction cardiovasculaire et à une réduction du risque de nombreuses affections liées à l'âge.[5–11]
- Les essais cliniques ont démontré que la supplémentation en resvératrol présente de multiples bienfaits, notamment des améliorations des marqueurs du stress oxydatif et du métabolisme, des fonctions cérébrales et des facteurs de risque cardiovasculaire.[12–15]
- Le resvératrol de Bioclinic Naturals est extrait de raisin rouge cultivé dans la vallée de l'Okanagan en Colombie-Britannique, et de renouée du Japon.
- Il contient 100 % de trans-resvératrol, considéré comme la forme de resvératrol la plus biodisponible et la plus stable.[16,17]

Comment prendre le Resvératrol

- Prendre 1 capsule par jour ou selon les directives d'un praticien de la santé.

Mises en garde et contre-indications

- Consulter un praticien de la santé avant l'usage si vous êtes enceinte, si vous allaitez ou si vous prenez des médicaments sur ordonnance car le resvératrol peut affecter l'efficacité de ces médicaments. Conserver hors de la portée des enfants.

Interactions médicamenteuses

- Le resvératrol est considéré comme un faible inhibiteur du CYP3A4/5 et du CYP2E1 et peut augmenter la concentration plasmatique de médicaments métabolisés par ces enzymes, tels que le triazolam et la carbamazépine.[18–20]

Quelques conseils santé

- ☐ Il a été démontré que les habitudes alimentaires et le mode de vie améliorent de nombreuses affections liées à l'âge.
- ☐ Le régime méditerranéen est riche en légumes, fruits, légumineuses, céréales non raffinées, noix et huile d'olive, tout en limitant les produits laitiers, la viande, la volaille et les graisses saturées. Il a été associé à un risque plus faible de nombreuses maladies liées à l'âge, notamment les maladies neurodégénératives et cardiovasculaires, ainsi qu'à la mortalité, toutes causes confondues.[21,22]
- ☐ De nombreux bienfaits du régime méditerranéen ont été attribués à sa riche teneur en polyphénols, dont le resvératrol.[23]
- ☐ Bien que des essais sur des animaux démontrent qu'un régime hypocalorique favorise la longévité, cette conclusion n'est pas aussi bien établie chez l'homme. Un faible apport en protéines peut notamment avoir des conséquences négatives chez les personnes âgées, comme une perte de force et de masse musculaires.[24] Les nutriments influençant les mêmes mécanismes cellulaires associés au vieillissement pourraient produire les mêmes avantages sans les dommages qui y sont associés.[25]
- ☐ De nombreux facteurs liés au mode de vie sont clairement associés au vieillissement et aux maladies en rapport avec l'âge. Le tabagisme, par exemple, est peut-être le facteur de risque le plus connu des maladies liées à l'âge et il a été démontré qu'il accélère le processus de vieillissement.[26]
- ☐ Dans une grande cohorte, plusieurs facteurs liés au mode de vie ont été associés à une charge de morbidité plus importante liée à l'âge. L'inactivité physique, le tabagisme, un mauvais sommeil et le stress chronique ont tous été associés à une charge de morbidité plus élevée.[27]
- ☐ Les approches axées sur le style de vie peuvent également se compléter. Par exemple, l'exercice est peut-être l'outil le plus puissant pour prolonger la santé et la durée de vie et il a été également démontré qu'il améliore non seulement la force et la flexibilité, mais également la qualité du sommeil.[28,29]

NOM DU PATIENT : _____

NOTES DU PRATICIEN :

COORDONNÉES DU PRATICIEN :

9229055

Les informations ne sont fournies qu'à titre éducatif et nullement à des fins d'autodiagnostic ou d'automédication pour des affections devant être évaluées et traitées par un praticien de la santé. Ce produit ne vise nullement à diagnostiquer, à traiter, à guérir ou à prévenir quelque maladie que ce soit. © Tous droits réservés – Bioclinic Naturals[MD] Canada. La marque Bioclinic Naturals Canada est distribuée par Assured Natural Distribution Inc.

Références

1. Pastor, R.F., Restani, P., Di Lorenzo, C., et al. (2019). Resveratrol, human health and winemaking perspectives. *Crit Rev Food Sci Nutr, 59*(8), 1237-55.
2. Farkhondeh, T., Folgado, S.L., Pourbagher-Shahri, A.M., et al. (2020). The therapeutic effect of resveratrol: Focusing on the Nrf2 signaling pathway. *Biomed Pharmacother, 127*, 110234.
3. Seyyedebrahimi, S., Khodabandehloo, H., Nasli Esfahani, E., et al. (2018). The effects of resveratrol on markers of oxidative stress in patients with type 2 diabetes: A randomized, double-blind, placebo-controlled clinical trial. *Acta Diabetol, 55*(4), 341-53.
4. Zamanian, M.Y., Parra, R.M.R., Soltani, A., et al. (2023). Targeting Nrf2 signaling pathway and oxidative stress by resveratrol for Parkinson's disease: An overview and update on new developments. *Mol Biol Rep, 50*(6), 5455-64.
5. You, Y., & Liang, W. (2023). SIRT1 and SIRT6: The role in aging-related diseases. *Biochim Biophys Acta Mol Basis Dis, 1869*(7), 166815.
6. Nogueiras, R., Habegger, K.M., Chaudhary, N., et al. (2012). Sirtuin 1 and sirtuin 3: Physiological modulators of metabolism. *Physiol Rev, 92*(3), 1479-514.
7. Leal, D.P., Gonçalinho, G.H.F., Tavoni, T.M., et al. (2022). The interplay of sirtuin-1, LDL-cholesterol, and HDL function: A randomized controlled trial comparing the effects of energy restriction and atorvastatin on women with premature coronary artery disease. *Antioxid, 11*(12), 2363.
8. Tang, B.L. (2016). Sirt1 and the mitochondria. *Mol Cells, 39*(2), 87-95.
9. Razick, D.I., Akhtar, M., Wen, J., et al. (2023). The role of sirtuin 1 (SIRT1) in neurodegeneration. *Cureus, 15*(6), e40463.
10. Gonçalinho, G.H.F., Kuwabara, K.L., Faria, N.F.O., et al. (2023). Sirtuin 1 and vascular function in healthy women and men: A randomized clinical trial comparing the effects of energy restriction and resveratrol. *Nutrients, 15*(13), 2949.
11. Sun, Z., Zhao, S., Suo, X., et al. (2022). Sirt1 protects against hippocampal atrophy and its induced cognitive impairment in middle-aged mice. *BMC Neurosci, 23*(1), 33.
12. Thaung Zaw, J.J., Howe, P.R., & Wong, R.H. (2021). Long-term effects of resveratrol on cognition, cerebrovascular function and cardio-metabolic markers in postmenopausal women: A 24-month randomised, double-blind, placebo-controlled, crossover study. *Clin Nutr, 40*(3), 820-9.
13. Tomé-Carneiro, J., Gonzálvez, M., Larrosa, M., et al. (2012). Consumption of a grape extract supplement containing resveratrol decreases oxidized LDL and ApoB in patients undergoing primary prevention of cardiovascular disease: A triple-blind, 6-month follow-up, placebo-controlled, randomized trial. *Mol Nutr Food Res, 56*(5), 810-21.
14. García-Martínez, B.I., Ruiz-Ramos, M., Pedraza-Chaverri, J., et al. (2023). Effect of resveratrol on markers of oxidative stress and sirtuin 1 in elderly adults with type 2 diabetes. *Int J Mol Sci, 24*(8), 7422.
15. Batista-Jorge, G.C., Barcala-Jorge, A.S., Silveira, M.F., et al. (2020). Oral resveratrol supplementation improves Metabolic Syndrome features in obese patients submitted to a lifestyle-changing program. *Life Sci, 256*, 117962.
16. Gambini, J., Inglés, M., Olaso, G., et al. (2015). Properties of resveratrol: In Vitro and in vivo studies about metabolism, bioavailability, and biological effects in animal models and humans. *Oxid Med Cell Longev, 2015*, 837042.
17. Singh, A.P., Singh, R., Verma, S.S., et al. (2019). Health benefits of resveratrol: Evidence from clinical studies. *Med Res Rev, 39*(5), 1851-91.
18. Gómez-Garduño, J., León-Rodríguez, R., Alemón-Medina, R., et al. (2022). Phytochemicals that interfere with drug metabolism and transport, modifying plasma concentration in humans and animals. *Dose-Response, 20*(3), 15593258221120485.
19. Hyrsova, L., Vanduchova, A., Dusek, J., et al. (2019). Trans-resveratrol, but not other natural stilbenes occurring in food, carries the risk of drug-food interaction via inhibition of cytochrome P450 enzymes or interaction with xenosensor receptors. *Toxicol Lett, 300*, 81-91.
20. Bedada, S.K., & Neerati, P. (2016). Resveratrol pretreatment affects CYP2E1 activity of chlorzoxazone in healthy human volunteers. *Phytother Res, 30*(3), 463-8.
21. Andreu-Reinón, M.E., Chirlaque, M.D., Gavrila, D., et al. (2021). Mediterranean diet and risk of dementia and Alzheimer's disease in the EPIC-Spain Dementia Cohort Study. *Nutrients, 13*(2), 700.
22. Dinu, M., Pagliai, G., Casini, A., et al. (2018). Mediterranean diet and multiple health outcomes: An umbrella review of meta-analyses of observational studies and randomised trials. *Eur J Clin Nutr, 72*(1), 30-43.
23. Russo, M.A., Sansone, L., Polletta, L., et al. (2014). Sirtuins and resveratrol-derived compounds: A model for understanding the beneficial effects of the Mediterranean diet. *Endocr Metab Immune Disord Drug Targets, 14*(4), 300-8.
24. Olaniyan, E.T., O'Halloran, F., & McCarthy, A.L. (2021). Dietary protein considerations for muscle protein synthesis and muscle mass preservation in older adults. *Nutr Res Rev, 34*(1), 147-57.
25. Giacomello, E., & Toniolo, L. (2021). The potential of calorie restriction and calorie restriction mimetics in delaying aging: Focus on experimental models. *Nutrients, 13*(7), 2346.
26. Wu, X., Huang, Q., Javed, R., et al. (2019). Effect of tobacco smoking on the epigenetic age of human respiratory organs. *Clin Epigenetics, 11*(1), 183.
27. Niebuur, J., Vonk, J.M., Du, Y., et al. (2023). Lifestyle factors related to prevalent chronic disease multimorbidity: A population-based cross-sectional study. *PloS One, 18*(7), e0287263.
28. Ai, J.Y., Kuan, G., Juang, L.Y., et al. (2022). Effects of multi-component exercise on sleep quality in middle-aged adults. *Int J Environ Res Public Health, 19*(23), 15472.
29. Guan, Y., & Yan, Z. (2022). Molecular mechanisms of exercise and healthspan. *Cells, 11*(5), 872.