



Coenzyme Q10 COQ10 ubiquinone Diet Horizon

Anti-oxydant, allié du coeur, il se montre utile dans une grande variété de troubles de la santé. le Q10 stimule l'énergie et lutte contre le vieillissement



Marque : EQUI NUTRI

Référence : 10381 DLC 09/23 1 ACHETÉ

Points de fidélité offerts : 160

Prix : ~~19.90~~ €16.35 €

Offre valable du 19/01/2016 au 31/12/2024

Descriptif :





DESCRIPTIF

Substance grasse dont la structure chimique est proche de celle des vitamines E et K, la CoQ10 est naturellement présente dans notre organisme et assure la production de l'énergie corporelle. Puissant antioxydant liposoluble, Le coenzyme Q10 est très efficace pour protéger les LDL des radicaux libres. Elle est synthétisée par le corps à partir d'acide aminé tyrosine avec l'aide de plusieurs vitamines. La coenzyme Q10 transporte l'hydrogène et facilite l'action de nombreuses enzymes. Puissant anti-oxydant, elle réduit la toxicité du fer et protège la structure de nombre de molécules, notamment la vitamine E et les lipides.

Avec l'âge notre taux en coenzyme Q10, diminue pour en produire à partir de 50 ans 25% de moins que 30 ans plus tôt, de plus

[Le traitements de l'excès de cholestérol](#) font apparaître des effets toxiques des statines induisant un blocage de sa synthèse. Or, la Coenzyme Q10 est indispensable à la production d'énergie intracellulaire et sa carence induit un épuisement et un vieillissement accéléré des cellules les plus consommatrices en énergie (coeur et

cerveau)

Comment vient-on à manquer de coenzyme Q10? L'avancée en âge:

la production de l'organisme diminue

Des apports alimentaires insuffisants. La baisse de la production de Q10 de l'organisme par la prise de certains médicaments...

Une utilisation excessive des réserves comme lors d'un entraînement intensif ou lors de certaines maladies: hyperthyroïdie, affections rénales. Souvent, la combinaison de ces différents facteurs, stress, une consommation accrue d'alcool et de tabac **ACTIONS** La coenzyme Q10 transporte l'hydrogène et facilite l'action de nombreuses enzymes, notamment l'action de celles impliquées dans la production d'énergie.

Aide à augmenter les performances physiques

- Un complément de coenzyme Q10 est la façon la plus naturelle d'augmenter les niveaux d'énergie. Contrairement au café, un stimulant qui affecte le système nerveux central, la coenzyme Q10 contrôle le métabolisme de l'énergie naturelle du corps et le processus biologique qui détermine nos limites physiques. La coenzyme Q10 est un facteur important modulant l'activité des enzymes de la chaîne respiratoire. Cette dernière est constituée d'un ensemble de réactions biochimiques qui permettent la combustion des aliments par l'oxygène tout en fournissant de l'énergie. Elle renforce également la contractilité et l'efficacité du système musculaire. Le manque de coenzyme Q10 se traduit donc par une diminution importante de la quantité d'énergie disponible au niveau des différents lieux de consommation et donc d'une sensation de fatigue, de manque d'endurance lors d'efforts.

Comment augmenter la quantité de CoQ10 ?

Notre alimentation nous fournit un apport journalier d'environ trois à dix milligrammes de cette Coenzyme. Cependant, il se peut qu'un régime normal ne suffise pas à répondre aux besoins corporels en CoQ10. Lorsque notre besoin en CoQ10 augmente, un complément alimentaire peut contribuer à éviter une carence.

CONSEILS D'UTILISATION

Comme complément alimentaire, Prendre 1 à 2 capsules par jour

Nos conseils

- * privilégier une alimentation équilibrée, composée essentiellement de produits frais pauvre en graisses ,
- * favoriser l'utilisation d'huile végétale 1^{ere} pression à froid (olive, colza, tournesol) et riche en fibres (fruits et légumes, légumes secs, céréales de préférence complètes)
- * Eviter ci-possible l'apport en graisses et notamment en corps gras saturés (fromages gras, charcuteries et viandes grasses)
- * buvez régulièrement ci-possible en dehors des repas et au moins 1,5 litres d'eau par jour
- * attention au excès d'alcool, café, thé, tabac
- * faites 30 minutes d'exercice physique par jour.
- * Complément alimentaire ne se substituant pas à une alimentation variée et équilibrée, ni à un suivi médical

INGREDIENTS

agent de charge: huile de tournesol, agents d'enrobage : glycérol, gélatine, pâte d'oxyde de fer ; Coenzyme Q10, anti-agglomérant :

dioxyde de silicium.

Coenzyme Q10..... 100 mg

- * Produit hypoallergénique 100% naturel.
- * Convient aux végétariens.
- * Ne contient ni colorant artificiel, ni conservateur.
- * Ne contient aucun des allergènes courants : lait, blé, levure, maïs, soja.
- * Ne pas laisser à la portée des enfants.
- * Ce produit ne peut se substituer à un régime alimentaire varié.
- * Eviter de dépasser la dose journalière indiquée.
- * Conserver soigneusement fermé dans un endroit frais, à l'abri de l'humidité.
- * Femmes enceintes ou allaitantes, demandez l'avis de votre médecin traitant avant utilisation.

PRESENTATION :

Flacon de 60 capsules

[Lien vers la fiche du produit](#)