



Une synergie de 3 plantes pour bien vivre sa ménopause

Origine et vertus reconnues

En Europe, 80% des femmes de plus de 45 ans présentent des troubles de la ménopause. Le Macasoyam est une association de 3 plantes judicieusement choisies agissant en synergie sur les troubles de la ménopause. Elles apportent des actions complémentaires tant en qualité de phyto-œstrogènes que phytoprogéstérone, renforcées par un phytomodulateur naturel s'adaptant selon les besoins de l'organisme.

La Maca (*Lepidum meyenii*) appelée aussi le « Ginseng du Pérou »

Cette crucifère pousse à 4.000 m. d'altitude dans les Andes du Pérou. La Maca contient dans sa racine des alcaloïdes qui agissent sur l'hypothalamus pour moduler les sécrétions des hormones LH, SFH, HCG et prolactine. Ce sont ces alcaloïdes qui sont responsables des effets bénéfiques sur certains troubles de la ménopause tels que les bouffées de chaleur, les difficultés de mémoire, les céphalées, l'irritabilité et le manque de libido féminine.

La Maca va réguler l'action du Yam et des isoflavones du Soja présents dans ce complexe et va améliorer la production par l'organisme de ses propres hormones au fur et à mesure de ses besoins.

La Maca contient en outre, des acides aminés, des vitamines, du fer, du zinc et des AGE. Elle est riche en magnésium (utile contre le stress et la fatigue) et en calcium (qui maintient le capital osseux).

Le Yam (*Dioscorea villosa*) appelé aussi « Ignose »

Cette racine d'origine mexicaine est très **riche en diosgénine, une substance très proche de la progéstérone**, qui évite aussi les bouffées de chaleur, l'irritabilité, la rétention d'eau et la congestion du petit bassin.

La diosgénine stimule les synthèses hormonales, en particulier :

- La **DHEA** (DéHydroEpiAndrostérone), produite par les glandes surrénales, joue un grand rôle contre le vieillissement.
- La **progéstérone naturelle** produite par les ovaires pendant la 2ième partie du cycle est aussi l'hormone de la maternité. Sa déficience est importante dès la ménopause. Elle a un rôle calmant et empêche la rétention d'eau. Elle protège des effets secondaires des œstrogènes.

Le Soja (*Glycine max*) non transgénique

L'action du Soja est essentiellement phyto-œstrogène. Ceci est dû aux isoflavones contenus qui ont des effets modulateurs et équilibrants mais également une action protectrice sur le sein.

Les isoflavones ont une structure ressemblant aux œstradiols. Ils occupent les récepteurs œstrogènes et ont, In Vivo, une activité tant œstrogène qu'anti-œstrogène, ce qui fait que leur activité est plus faible que celle propre à l'organisme et des œstrogènes synthétiques.



Les isoflavones agissent donc comme anti-oestrogène, s'ils sont associés à l'œstradiol, en bloquant les récepteurs oestrogènes. Ils ralentissent dès lors l'assimilation de l'œstradiol dans l'utérus et en même temps, ils agissent comme oestrogène s'ils sont absorbés indépendamment des oestrogènes classiques.

La génistéine (phyto-oestrogène du soja) est un puissant inhibiteur de l'enzyme tyrosine-protéine-kinase, responsable de la croissance des cellules cancéreuses. Elle empêche ainsi leur développement. Des études confirment que les femmes qui absorbent des isoflavones courent beaucoup moins de risques de cancer de l'endomètre.

Les isoflavones agissent positivement sur l'ostéoporose en empêchant la désintégration osseuse grâce à la génistéine. **Les isoflavones abaissent le cholestérol LDL** et diminuent l'excrétion urinaire de protéines jusqu'à 30%. **La génistéine a une action antithrombique** car elle inhibe la tyrosine kinase.

A conseiller dans les cas suivants :

- Syndrome pré et post ménopause
- Congestion du petit bassin et rétention d'eau
- Irritabilité et bouffées de chaleur
- Manque de libido, la Maca stimule le désir sexuel et diminue la fatigue

Conseil d'utilisation :

3 à 4 gélules, réparties en 2 prises avec un grand verre d'eau, 10 minutes avant les repas.

Cure de 3 mois minimum.

Présentation : Boîte de 200 gélules.



**CODE NUT : PL 348/101
CNK 3066-594
Boîte de 200 gélules**



Information nutritionnelle (à la dose journalière recommandée)

4 gélules par jour vous apportent :

Soja non transgénique, extrait à 10% d'isoflavones	600 mg (soit 60 mg d'isoflavones)
Maca extrait	400 mg
Yam extrait à 16% de diosgénine	200mg (soit 32 mg de diosgénine)

Précaution d'emploi :

Déconseillé aux femmes ayant des antécédents familiaux ou personnels de cancer du sein.