

MéthylSam'Active en bref :

- À prendre pendant les repas
- Effets en moins de 15 jours
- Durée du traitement : 3 mois
- Contre-indiqué uniquement avec les antidépresseurs

À conseiller dans les cas suivants :

- Déséquilibre émotionnel avec manque de tonus important
- Déficit en dopamine
- Individu présentant une hypométhylation (dosage de l'histamine recommandé)

Associations conseillées :

- **Tryptomil** (si associé à un déficit en sérotonine)
- **Coenzyme Q10 Fort** (conversion de la méthionine en S-Adénosyl-L-méthionine)
- **Oméga 3 Fort** (troubles de l'attention et de la concentration)



Code NUT : NUT/AS 348/201
Code CNK : 3066-610

Conseils d'utilisation :

2 gélules matin, midi et soir avec un grand verre d'eau.

Ingrédients :

L-méthionine, S-Adénosyl L-Méthionine, Oxyde de magnésium, Vitamine B6

Présentation :

Boîte de 90 gélules

Informations nutritionnelles :

L-Méthionine : 1 340 mg

SAMe (S-Adénosyl L-Méthionine) : 237.65 mg

Magnésium : 144.8 mg (38.6 % VNR)

Vitamine B6 : 2 mg (143% VNR)

www.laboratoiresfenioux.be

DOCUMENT RÉSERVÉ À L'USAGE EXCLUSIF DES PROFESSIONNELS DE SANTÉ - REPRODUCTION INTERDITE

* Complément alimentaire, ceci n'est pas un médicament. Ne pas dépasser la dose indiquée. Conserver à l'abri de la chaleur et de l'humidité. Ne se substitue pas à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. Tenir hors de portée des jeunes enfants.



LABORATOIRES
FENIOUX

Laboratoires Fenioux Benelux
Tél. : +32 (0)2 375 79 70
info@laboratoiresfenioux.be
Drève Richelle, 161 boîte 17 - Bâtiment B
B-1410 Waterloo

METHYLSAM ACTIVE

Source de SAMe, activateur de méthylation

La méthylation

La méthylation est un processus métabolique vital. Nos cellules reçoivent environ 100.000 messages/secondes. La réponse de la cellule aux messages se fait en quelques millisecondes notamment via la méthylation. Biochimiquement, il s'agit d'un processus simple qui consiste en la transmission d'un groupe méthyle d'une molécule à une autre.

Exemple : La mélatonine est une sérotonine qui a été méthylée et qui va agir sur la qualité du sommeil.

D'apparence simple, la méthylation intervient dans une centaine de réactions biochimiques :

- **Au niveau cellulaire** en contribuant au maintien de l'intégrité de l'ADN, à l'expression de certains gènes via des processus épigénétiques et à la réparation des erreurs de réplication. De ce fait, elle freine le vieillissement cellulaire.
- **Au niveau du foie** en activant la synthèse des protéines, des enzymes de détoxification et des substances antioxydantes tels que le glutathion, la L-carnitine et le coenzyme Q10.
- **Au niveau du cerveau, elle intervient dans les mécanismes sérotoninergiques et dopaminergiques.** Elle contribue à la synthèse des phospholipides dont dépend la fluidité membranaire, la communication entre neurones et l'acheminement de l'information. Enfin, elle améliore la qualité des récepteurs membranaires et des canaux ioniques.

La méthylation est donc indispensable pour l'entretien, la réparation, la fabrication de nos cellules, la communication intracellulaire, et plus particulièrement l'héritage d'informations épigénétiques lors de la division cellulaire.

La dysméthylation du cerveau (hypo et hyper méthylation) est à l'origine d'une grande quantité de pathologies très variées :

- Troubles de l'humeur et du comportement
- Dépression
- Trouble de déficit de l'attention
- Addiction
- Autisme
- Troubles psychiatriques
- Pathologies cancéreuses

Il est donc primordial de maintenir un bon niveau de méthylation dans le corps. Le dosage de l'histamine sanguine permet de reconnaître un défaut de méthylation. En cas d'hypo méthylation le taux sanguin de l'histamine reste élevé, à l'inverse en cas d'hyper méthylation le taux est diminué.

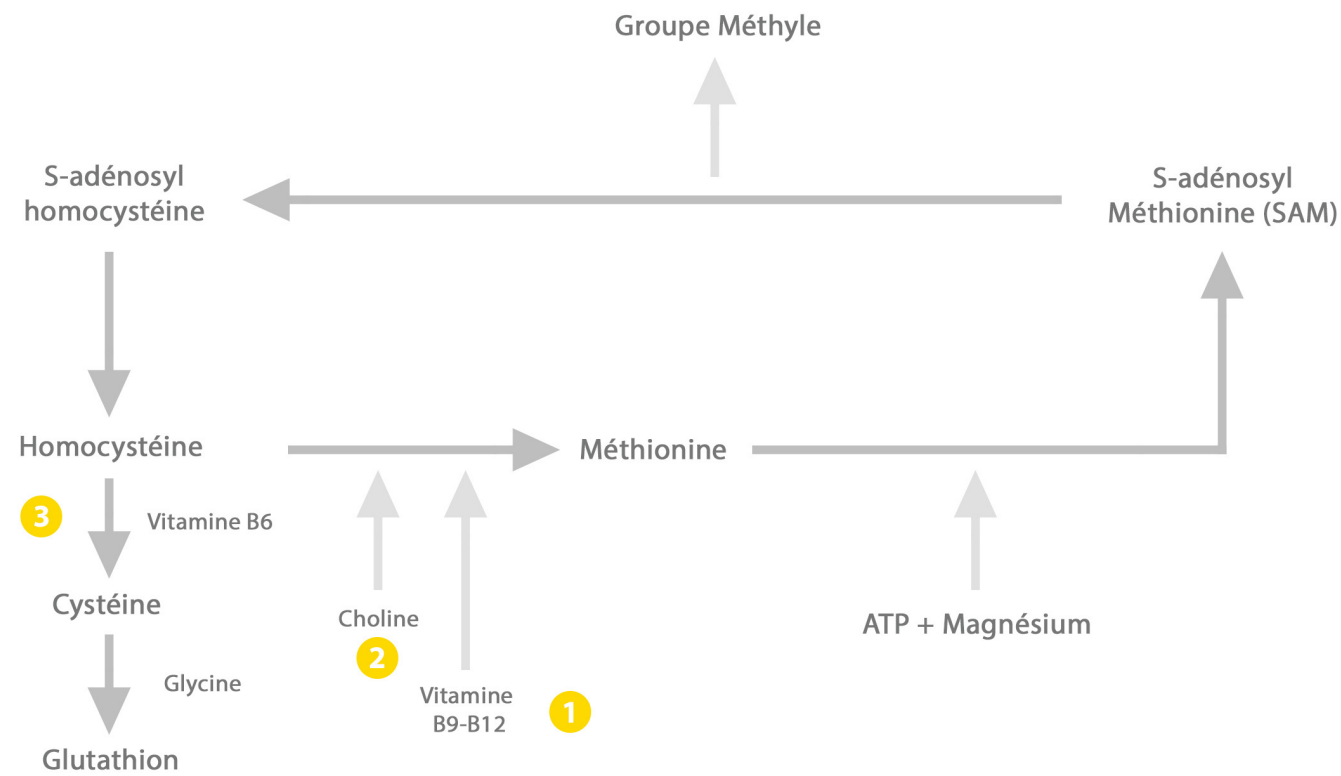
Notons que ce processus de méthylation de l'ADN est sous influence nutritionnelle notoire.



LABORATOIRES
FENIOUX

Laboratoires Fenioux - *La vie est belle au naturel*

Processus



Au cœur de la méthylation, se trouve un acide aminé essentiel apporté par l'alimentation : **la méthionine**. Elle est présente dans les protéines mais est particulièrement abondante dans les protéines animales.

Cependant, en l'état, la méthionine ne peut céder son groupe méthyle à une autre molécule. Il faudra avant cela qu'elle se transforme, en présence d'ATP et de magnésium, en sa forme métaboliquement active appelée **S-Adénosyl-L-méthionine**, ou **SAM**. La SAM, ainsi formée, va devenir l'un des principaux donneurs de groupes méthyles du corps humain et fabriquer de nombreux composés essentiels pour le cerveau.

Une fois son groupe méthyle cédé, la SAM, devenue alors la **SAH** (pour S-Adénosyl-L-homocystéine), se dégradera en **homocystéine**. L'homocystéine est un marqueur de risque cardiovasculaire et neuropsychiatrique. **Il est donc nécessaire au déroulement de certains processus mais son accumulation peut devenir toxique, mais surtout indique un problème dans le cycle de méthylation.**

Une fois l'homocystéine créée, l'organisme va donc devoir la recycler d'urgence à travers divers processus. **Il existe 3 voies pour recycler l'homocystéine :**

- 1 • Via les folates et vitamine B12, qui après de multiples transformations enzymatiques vont retransformer l'homocystéine en méthionine et le cycle initial repart.
- 2 • Via la choline, un micronutriment qui subira des transformations avant de régénérer l'homocystéine en méthionine à nouveau.
- 3 • Via la vitamine B6 et la glycine (acide aminé non essentiel), qui donnera de la cystéine pour ensuite former le glutathion, le plus puissant des antioxydants.

Si l'homocystéine créée peut s'avérer dangereuse en excès, c'est également le cas de la méthionine. En effet, trop de méthionine donnera trop de SAM, et il y aura risque d'**hyperméthylation**. D'où l'importance de la vitamine B6 et de la glycine pour transformer l'homocystéine en glutathion.

Symptomatologies

ETATS DE METHYLATION	HYPOMETHYLATION	HYPERMETHYLATION
NEUROTRANSMETTEURS	↑ HISTAMINE ↓ NEUROTRANSMETTEURS (Carence)	↓ HISTAMINE ↑ NEUROTRANSMETTEURS (Excès)
SEROTONINE	Anxiété, tension interne, mélancolie, dépression, troubles obsessionnels compulsifs, syndrome de panique, insomnie, migraine	Ego démesuré, agité, parfois agressif, à besoins de peu d'heure de sommeil, dépression cyclique.
DOPAMINE	Apathie, démotivation	Maladies psychiatriques, (schizophrénie, trouble bipolaire, hallucination. Addiction au : jeu, à l'argent, au sexe
NORADRENALINE	Trouble de l'humeur, anxiété, fatigue.	Stress, anxiété, nervosité, résistance à l'insuline, tachycardie
ADRENALINE	Manque de concentration, variation du poids.	Fatigue, manque de concentration, angoisse, variation du poids.
Type de métabolisme	Sujet plutôt mince MÉTABOLISME RAPIDE	Sujet plutôt rond MÉTABOLISME LENT Sujet hyper créatif, très intelligent.
TRAITEMENT	Il faut méthyler : Méthylsane Active	Vitamine du groupe B, B12, Oméga 3

Les valeurs optimales de l'histamine sont de 400-800 ng/l.