

**Modérateur de l'appétit
& de la glycémie**

Le Nopal, cactus des indiens du Mexique, réduit l'assimilation des graisses et des sucres et produit un effet de satiété.

ORIGINE ET VERTUS RECONNUES

Opuntia ficus indica, communément appelé Nopal ou Figuier de Barbarie, est un cactus du désert d'Amérique centrale, utilisé depuis très longtemps par le peuple Aztèque.

La composition complète du Nopal en a fait un aliment traditionnel de base dans ces régions. Ce sont ses feuilles qui sont consommées et ce, depuis les premiers colons jusqu'aux populations actuelles.

Ces dernières ont une valeur énergétique faible et sont riches en fibres (teneur supérieure à 50%), en acides aminés dont 8 essentiels, en vitamines (A, C, B, ...) et en minéraux (calcium, magnésium, potassium, ...).

ÉTUDES ET PROPRIÉTÉS

Les actions du Nopal sont dues principalement à sa haute teneur en fibres.

Elles ont une action bénéfique en diminuant l'absorption intestinale des lipides et des sucres. Des tests in vitro ont montré la capacité du Nopal à capter les matières grasses (mayonnaise x21, beurre x11) et son effet se manifeste aussi sur les taux des lipides sériques (cholestérol et triglycérides).

C'est cette faculté qui expliquerait la baisse de poids constatée chez les personnes consommant du Nopal. Des études montrent aussi l'action du Nopal sur la régulation du taux de glucose sanguin, notamment une atténuation de l'hyperglycémie après un repas sucré.

La richesse en fibres du Nopal permet aussi d'augmenter le sentiment de satiété. De ce fait, la quantité de nourriture ingérée diminue et ceci contribue à la réduction du poids. Les fibres participent également à l'amélioration du transit intestinal, ce qui facilite le drainage et l'élimination.



NOPAL®

A CONSEILLER DANS LES CAS SUIVANTS

- Excès de poids
- Repas copieux
- Excès de glucose et lipides sanguins (cholestérol)
- Transit difficile
- Prévention maladies cardio-vasculaires
- Régimes végétariens, carences



Code NUT PL348/95
CNK : 3066-636



FICHE TECHNIQUE NOPAL®

- CONSEIL D'UTILISATION :
2 gélules avec un verre d'eau, 10 min avant chaque repas
- COMPOSITION (PAR GÉLULE) :
250 mg de poudre de Nopal
- APPORTS NUTRITIONNELS (POUR 6 GÉLULES) :
Nopal : 1500 mg
- PRÉSENTATION :
Boîte de 200 gélules

FICHE BOTANIQUE NOPAL®

- Nom usuel : Nopal, cactus du désert
- Nom latin : Opuntia Ficus-indica Mill.
- Famille : Cactacée
- Partie utilisée : Feuille
- Principaux constituants : fibres et minéraux

PRÉCAUTION D'EMPLOI

Tenir hors de portée des jeunes enfants. Ne pas dépasser la dose indiquée. Un complément alimentaire ne doit pas se substituer à une alimentation variée et équilibrée et à un mode de vie sain. Conserver le produit à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité. Produits déconseillés aux femmes enceintes et allaitantes.