

# Vrai

La santé est une question de confiance

Les résultats de notre recherche

Dr. Rath Research Institute  
CUTTING-EDGE RESEARCH IN NATURAL HEALTH

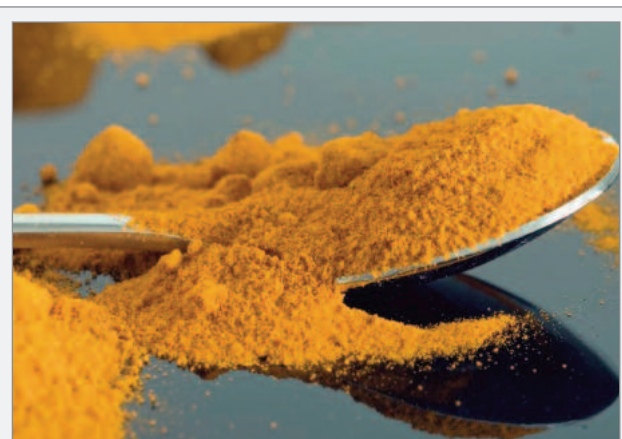
La curcumine est le phénol naturel le plus abondant (curcuminoïde) présent dans le curcuma, le curry, une épice indienne, lui donnant sa couleur jaune. Obtenu à partir des rhizomes de la plante *curcuma longa*, la poudre de curcuma est largement utilisée dans la cuisine sud-asiatique et dans la conservation des aliments. Grâce à ses diverses propriétés médicinales, le curcuma est toujours utilisé dans la médecine ayurvédique pour la peau, les voies respiratoires, les affections gastro-intestinales, les troubles hépatiques, les entorses musculaires, les douleurs articulaires et la cicatrisation. Au cours des dernières décennies, la curcumine a été étudiée pour évaluer ses antioxydants, ses propriétés de modulation anti-inflammatoires et immunitaires.

## Les effets protecteurs des phytonutriments sur la santé: curcumine

Comme antioxydants, les composés curcuminoïdes aident à maintenir un système cardiovasculaire sain en améliorant la viscosité du sang et en réduisant la formation de plaque dans les artères, tous les deux faisant obstacle à une bonne circulation sanguine. Des études récentes montrent que la curcumine aide à maintenir le taux de cholestérol en réduisant le taux de cholestérol à faible densité (LDL) et les niveaux de triglycérides<sup>1</sup>. De plus, elle peut inverser la résistance à l'insuline dans les premiers stades du diabète et soutenir l'action de certains médicaments antidiabétiques sur ordonnance.

En agissant comme un capteur de radicaux libres, la curcumine peut prévenir les dommages oxydatifs sur l'ADN. Ces détériorations de l'ADN cellulaire sont connues pour déclencher un cancer par la conversion d'une cellule normale en une cellule cancéreuse. Les propriétés anti-cancéreuses de la curcumine comprennent divers mécanismes cellulaires tels que la réduction de la croissance des cellules cancéreuses, l'initiation de l'apoptose (mort des cellules cancéreuses), l'inhibition des enzymes de la digestion de collagène la matrice métalloprotéinase (MMP) et la prévention de l'angiogénèse. En induisant les enzymes impliquées dans la

mort cellulaire, la curcumine peut sélectivement éliminer les cellules cancéreuses formées dans les systèmes de l'organisme. De plus, la curcumine démontre des actions très similaires aux médicaments les plus récemment mis au point contre le cancer, comme l'Herceptin, l'Avastin et l'Humira, etc., qui tous ont à court et à long terme des effets dangereux<sup>2</sup>. Bien que ces médicaments sont des immunosuppresseurs, la curcumine a des propriétés de modulation immunitaire puissante car elle



L'extrait phyto de la curcumine, provenant de la racine de curcuma, donne non seulement la couleur caractéristique des épices asiatiques en poudre, mais il renferme également de nombreux avantages sur la santé.

## Les effets protecteurs des phyto nutriments sur la santé: curcumine

peut activer les globules blancs (leucocytes, ou «cellules police») et les cellules tueuses naturelles qui aident à combattre les infections.

Nous avons étudié l'efficacité de la combinaison de la curcumine, la quercétine, le resvératrol et d'autres composés dérivés de plantes naturelles contre les cellules mélanome (cancer de la peau)<sup>3</sup>. Ce mélange spécifique a présenté des effets anticancéreux significatifs en inhibant la croissance de cellules de cancer de 80% et en bloquant complètement les enzymes MMP responsables de la croissance et de la propagation du cancer. Cette combinaison a également induit une apoptose dans les cellules de mélanome. Le nombre de cellules mortes augmente avec des doses plus élevées de ce mélange.

Le potentiel anti-inflammatoire de la curcumine est l'un de ses aspects les plus couramment recherchés. Il aide à réduire l'inflammation en régulant les marqueurs inflammatoires, tels que les enzymes cyclo-oxygénases (COX) et les cytokines. Les enzymes inhibiteurs COX-2 sont des médicaments (NSAIDs) non-stéroïdiens et anti-inflammatoires les plus fréquemment prescrits pour le soulagement symptomatique de la douleur arthritique. Cependant, les essais cliniques ont prouvé que la supplémentation

en curcumine est aussi efficace que l'ibuprofène et d'autres analgésiques (NSAIDs) dans la réduction des symptômes de l'arthrite. De plus, la curcumine éventuellement réduit la dégradation du cartilage qui est responsable de douleurs articulaires.

En raison de sa capacité unique de traverser la barrière hémato-encéphalique (un mécanisme de protection qui maintient un environnement constant autour du cerveau), la curcumine est étudiée en détail dans de nombreux types de démence, y compris la maladie d'Alzheimer. Il a été démontré que, en synergie avec la vitamine D, elle peut réduire les plaques amyloïdes qui sont caractéristiques de la maladie d'Alzheimer.

**Avec tant de facettes favorisant la santé, la curcumine est plus que juste un «épice de curry» et devrait être incluse dans nos régimes quotidiens de santé.**

Ref:

1. Yi-Sun Yang, et al., *Phytoth Res*, Vol 28:12, p. 1770-1777, (2014)
2. Aggarwal BB et al., *Adv Exp Med Biol*. 2007;595:1-75.
3. MW Roomi et al., *Proceedings of the 102nd Annual Meeting of the AACR*, Vol 52, Abstract #1503, p.361

## Information importante sur la santé pour tous

Cette information est fournie à titre gracieux par l'Institut de recherche du Rath. Dirigé par deux anciens collègues d'un double Prix Nobel Linus Pauling († 1994). Cet Institut est devenu un leader dans le domaine du cancer, des maladies cardiovasculaires et d'autres maladies courantes. L'Institut est 100% à but non lucratif Dr Rath Foundation.

La nature révolutionnaire de cette recherche constitue une menace pour les milliardaires de l'industrie pharmaceutique «dans le commerce de la maladie». Il n'est pas surprenant qu'au fil des années le lobby pharmaceutique a attaqué Dr Rath et son équipe de recherche et essaie de réfuter leur message. Au cours de cette bataille, Dr Rath est devenu un partisan international renommé pour la santé naturelle en disant : «jamais dans l'histoire de la médecine les chercheurs ont été aussi féroceusement attaqués pour leurs découvertes. Cela nous rappelle que la santé ne nous est pas donnée volontairement mais nous devons se battre pour l'avoir.»

- Vous pouvez imprimer des copies de cet article sur : [www4fr.dr-rath-foundation.org/research\\_news/index.html](http://www4fr.dr-rath-foundation.org/research_news/index.html) et le faire partager à vos amis et collègues.
- Cette information est basée sur les résultats des recherches scientifiques. Elle n'est pas destinée à remplacer un avis médical pour traiter, guérir ou prévenir une maladie quelconque.
- © 2015 Institut de recherche du Dr Rath, Santa Clara, Californie, USA. Nous encourageons la distribution de ce bulletin d'information, à condition que son contenu reste inchangé .

**Pour plus d'informations, veuillez-vous référer à l'adresse suivante:**