LaboMGD
analyses médicales

| lettre d'information | février 2020 |

PROFIL DES ACIDES GRAS SATURÉS, MONO ET POLYINSATURÉS

Comment rester en bonne santé ? C'est une question d'acides gras !

CONTEXTE

L'association entre une alimentation déséquilibrée en graisses et les maladies chroniques (cardiovasculaires, métaboliques, neurologiques, dermatologiques, cancer, maladies auto-immunes) est le sujet de multiples études depuis des dizaines d'années. Comparée à l'alimentation des chasseurs-cueilleurs qui a prévalu pendant des centaines de milliers d'années, notre alimentation actuelle est issue de l'agriculture et de l'industrie et est caractérisée par :

— Des viandes animales et des produits laitiers issus de l'agriculture intensive enrichis en acides gras saturés, éventuellement en antibiotiques et facteurs de croissance

— Un rapport en acides gras polyinsaturés Omega-6/Omega-3 beaucoup trop élevé suite à l'introduction d'huiles végétales riches en omega-6 et au nourrissage du bétail avec du maïs ou du soja riches en omega-6.

— La présence d'acides gras trans artificiels (alimentation industrielle, margarines, cuisson à haute température).

L'introduction d'huile d'olive (acide gras mono-insaturé) dans le régime méditerranéen par exemple et d'huile de colza (acide gras polyinsaturé oméga 3) dans le régime crétois a par contre des effets bénéfiques sur la santé humaine.

D'autre part, des études récentes ont montré que le profil des acides gras est non seulement un outil d'exploration nutritionnelle mais peut aussi être utilisé pour l'évaluation du métabolisme dans des pathologies telles que le diabète, l'obésité et le cancer.

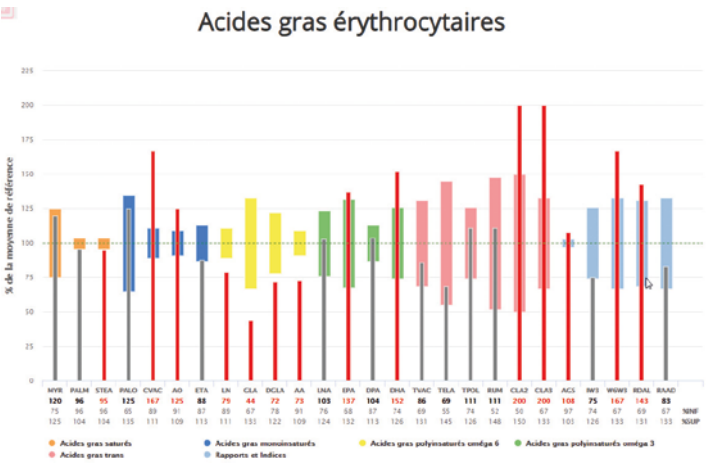
Aujourd'hui il est possible d'évaluer le profil des acides gras les plus représentatifs de chacune des familles citées plus haut par un dosage sanguin de manière à rééquilibrer ce profil par des recommandations nutritionnelles, micro-nutritionnelles et d'hygiène de vie.

INDICATIONS

Les patients présentant les symptômes ou états énumérés ci-dessous sont susceptibles de souffrir de déséquilibres en acides gras :

— Diabète, obésité, syndrome métabolique
— Pathologies cardiovasculaires
— Déclin cognitif
— Fatigue
— Dépression, irritabilité
— Anxiété, angoisse
— Allergies
— Inflammations chroniques
— Pathologies de la peau (eczéma, peau sèche, acné)
— TDAH
— Sportifs de haut niveau
— Asthme
— Ostéoporose

EXEMPLE : PROFIL D'ACIDES GRAS



Prélèvement : sérum ou sang EDTA
Stabilité : 24 h à température ambiante
Prix : 95 francs
Renseignements : mbaptist@labomgd.ch