



« La gestion de poids simplifiée. »

Recommandé par  **W. Gifford-Jones, MD**

Respect des directives du Dr. W. Gifford-Jones, telles que développées dans sa Philosophie pour une santé naturelle www.docgiff.com

CERTIFIED

... la gestion
du poids simplifiée.



Un nouveau style de vie grâce
aux suppléments de gestion de poids et
de soutien cardiovasculaire

NOUVEAU!

CERTIFIED
NATURALS^{MC}

Certified Naturals^{MC} AppleSlim^{MC}
Contient le complexe ApplePhenon^{MC} -
tout nouveau sur le marché canadien!

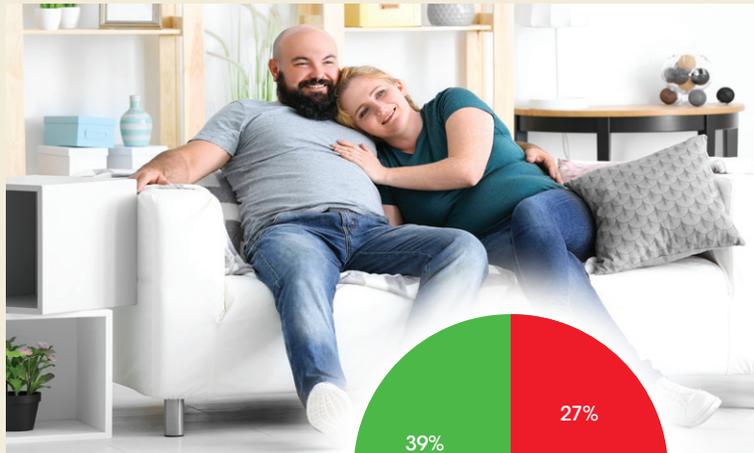


- Portez-vous un poids qui peut nuire à votre santé optimale?
- Présentez-vous plusieurs symptômes liés au syndrome métabolique? Gras viscéral élevé? Pression artérielle élevée? Taux de triglycérides élevés? Taux de glycémie élevé? Faible taux de HDL (bon cholestérol)?
- Avez-vous besoin d'aide pour ajuster votre alimentation et augmenter votre niveau d'exercice physique?
- Aimeriez-vous consommer un supplément qui soit compatible avec une diète Keto?
- La formule Certified Naturals^{MC} AppleSlim^{MC} contient les polyphénols les plus réputés mondialement dans la gestion de poids et dans le soutien cardiovasculaire. Appuyé par les données cliniques, AppleSlim^{MC} peut réellement vous aider à découvrir la meilleure version de vous-même!

ApplePhenⁿ[®]

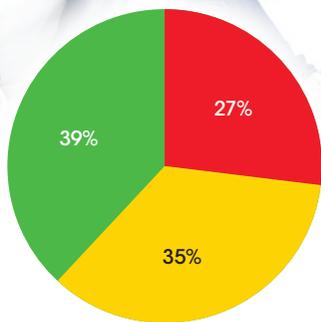
Style de vie et gestion de poids au Canada

Notre condition physique et notre poids peuvent avoir un impact considérable sur notre santé globale. Le surpoids ou l'obésité sont associés à de nombreuses maladies. Les risques de diabète de Type 2, les maladies cardiovasculaires, la pression artérielle élevée, l'arthrose, les troubles de la vésicule biliaire et plusieurs cancers augmentent tous quand on s'approche des limites supérieures de l'IMC (indice de masse corporelle). La graisse viscérale, en particulier, est l'un des aspects les plus dangereux de l'obésité. Il existe même un terme pour désigner ce risque: le syndrome métabolique. Un poids santé, c'est beaucoup plus qu'une question de look, c'est une question de santé globale et de longévité!



% Adult Canadian Population 2015

- Obésité
- Surpoids
- Autres



Plus de 27% des Canadiens de plus de 18 ans sont obèses; environ 35% sont considérés en surpoids. On retrouve deux facteurs clés dans la gestion du poids : l'alimentation et l'exercice physique. Une alimentation équilibrée, riche en légumes, fruits, fibres et viandes maigres, exempte de sucre et de produits transformés gras, est un facteur de réduction de poids. Pour augmenter le métabolisme et soutenir la perte de calories, il faut combattre le style de vie sédentaire en y intégrant l'exercice physique comme la marche, la course, la natation et divers sports.

Les consommateurs qui désirent retrouver une meilleure santé globale pourraient aussi envisager la prise de suppléments naturels. Ils peuvent les aider à réduire le taux de gras, contribuer à une meilleure santé cardiovasculaire et à gérer la glycémie. AppleSlim^{MC} offre cette opportunité.

Des pommes et du café pour gérer son poids?

AppleSlim^{MC} contient deux ingrédients qui en font le supplément idéal pour faciliter la gestion de poids. Il combine le ApplePhenon^{MC}, un polyphénol breveté et approuvé en clinique provenant de la pomme, avec un extrait de grains de café vert. Des pommes et du café. Deux aliments du quotidien - mais AppleSlim^{MC} contient un concentré unique de ces deux aliments.



ApplePhenon^{MC} - Le chef de file en matière de polyphénols de pomme

Les pommes sont reconnues pour leurs bénéfices sur la santé humaine. Le dicton « Une pomme par jour éloigne le médecin pour toujours » est bien connu de tous! Les recherches ont permis de découvrir le polyphénol, un nutriment important identifié dans les pommes, qui apporte des bienfaits considérables pour le soutien de la santé humaine. Les polyphénols se retrouvent dans de nombreux fruits, parmi lesquels les raisins, les canneberges et les cerises. Ils agissent comme des défenses naturelles, protégeant la plante contre le stress environnemental, les radiations ultra-violettes et les agents pathogènes.

Les polyphénols de pomme brevetés du supplément AppleSlim^{MC} sont sujets de recherches mondiales. L'ingrédient ApplePhenon^{MC} est extrait de pommes non mûres, cueillies en milieu sauvage, en Asie Centrale, le pays de « La pomme originelle ». Le processus d'extraction breveté permet de conserver tout le potentiel antioxydant, si bien que la dose/jour recommandée de ApplePhenon^{MC} est égale à 18 pommes bien mûres.

C'est beaucoup de pommes!

Pour obtenir l'équivalent de polyphénols contenus dans 3 capsules de AppleSlim^{MC}, il faudrait consommer 18 pommes par jour!



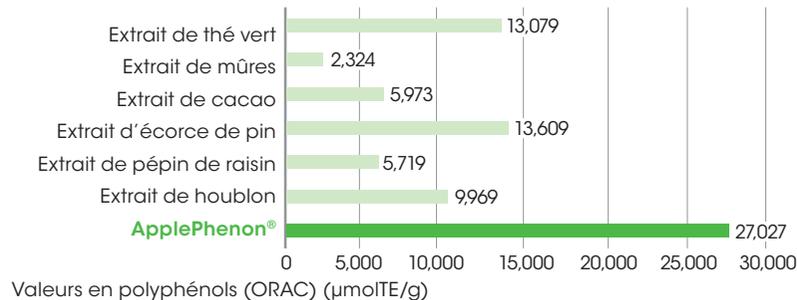
Les polyphénols de pomme sont de puissants antioxydants qui ont fait l'objet de multiples essais cliniques sur les humains, en lien avec une grande variété d'enjeux de santé :

- Gestion de poids, graisse viscérale et masse corporelle totale
- Performance athlétique
- Gestion de la glycémie
- Soins dentaires
- Soins de la peau
- Soutien respiratoire
- Maladies inflammatoires

Les polyphénols de pomme ont un effet antioxydant supérieur à ceux apportés par des antioxydants populaires tels que l'extrait de pépin de raisin, l'extrait de thé vert et l'extrait d'écorce de pin. La composition de polyphénols naturels de chacun est différente; la pomme verte se classe comme la plus facilement absorbable, en raison de son contenu plus élevé en oligo-proanthocyanidines. La comparaison des tests d'absorption de radicaux oxygénés permet d'identifier les extraits les plus performants.

Absorption des radicaux oxygénés des extraits les plus populaires

La capacité d'absorption des radicaux (ORAC:Oxygen Radical Capacity) du supplément ApplePhenon[®] est extrêmement haute en comparaison avec les autres produits de polyphénols.



Bien que les polyphénols de la pomme verte soient les plus facilement absorbables de tous les antioxydants naturels, la portion non-absorbable joue également un rôle majeur sur la santé. On a découvert que les polyphénols non-absorbables de ApplePhenon^{MC} ont également des propriétés prébiotiques (voir section Les polyphénols de pomme -le nouveau prébiotique intestinal?)

On pense que le supplément ApplePhenon^{MC} comporte trois modes d'action qui sont bénéfiques dans un programme de gestion du poids et dans le soutien aux fonctions cardiovasculaires de l'humain :

1. Rôle d'antioxydant qui favorise l'élimination des déchets des cellules et les protéger des dommages
2. Propriétés prébiotiques qui favorisent la santé de la flore intestinale
3. Capacité d'imiter une diète en inhibant l'activité des enzymes sur l'absorption des lipides et du glucose

RÉFÉRENCES

1. Watanabe, Takuya et al. Coffee Abundant in Chlorogenic Acids Reduces Abdominal Fat in Overweight Adults: A Randomized, Double-Blind, Controlled Trial. *Nutrients*. 2019 Jul; 11(7): 1617. Published online 2019 Jul 16. doi: 10.3390/nu11071617
2. Revuelto-Iniesta, R. and E. A. S. Al-Dujaili. Consumption of Green Coffee Reduces Blood Pressure and Body Composition by Influencing 11β-HSD1 Enzyme Activity in Healthy Individuals: A Pilot Crossover Study Using Green and Black Coffee. *Biomed Res Int*. 2014; 2014: 482704. Published online 2014 Jul 16. doi: 10.1155/2014/482704
3. Dellalibera SSA O. et al. Svetlo® green coffee extract, induces weight loss and increases the lean to fat mass ratio in volunteers with overweight problem. *Ospedale SS. Antonio e Margherita, Dipartimento Medico-Ambulatorio Obesità, Tortona, Italy* •Berkem®, Le Marais ouest, BP 4, 24 680 Gardonne, France.

4. Thom, E., The Effect of Chlorogenic Acid Enriched Coffee on Glucose Absorption in Healthy Volunteers and Its Effect on Body Mass When Used Long-term in Overweight and Obese People. *The Journal of International Medical Research*.
5. Masumoto S, Terao A, Yamamoto Y, Mukai T, Miura T, Shoji T. Non-absorbable apple procyanidins prevent obesity associated with gut microbial and metabolomic changes. *Sci Rep*. 2016 Aug 10; 6:31208.
6. Akazome Y, Kametani N, Kanda T, Shimasaki H, Kobayashi S. Evaluation of safety of excessive intake and efficacy of long-term intake of beverages containing apple polyphenols. *J Oleo Sci*. 2010; 59(6):321-38.
7. Nagasako-Akazome Y1, Kanda T, Ohtake Y, Shimasaki H, Kobayashi T. Apple polyphenols influence cholesterol metabolism in healthy subjects with relatively high body mass index. *J Oleo Sci*. 2007; 56(8):417-28.

Recherche clinique sur le complexe ApplePhenon^{MC} - L'ingrédient clé du supplément AppleSlim^{MC}

Les multiples recherches cliniques classent ApplePhenon^{MC} comme l'ingrédient de premier plan en matière de polyphénols de pomme. Plus de 15 millions \$ ont été investis dans les recherches, suivies de plus de 16 études publiées et 100 revues concluantes. Vous trouverez plus bas certains des principaux secteurs d'études conduites sur les polyphénols de pomme contenus dans la marque de suppléments ApplePhenon^{MC}:

Étude Résultats

Gestion de poids (Réduction de la graisse viscérale)

Deux études cliniques ont démontré que les doses quotidiennes de 600 mg de ApplePhenon^{MC} peuvent contribuer à réduire la graisse viscérale et le poids général. Les 12 premières semaines de l'étude, incluant un placebo, ont démontré qu'avec l'usage de ApplePhenon^{MC}, on pouvait réduire de 9% le taux de graisse viscérale chez l'individu en surpoids, diminuer le tour de taille de 1,7 cm et le tour de hanches de 0,8 cm.⁶ Une autre étude a démontré une réduction de la graisse viscérale, une amélioration des taux d'adiponectine (une hormone anti-inflammatoire qui aide à contrôler la glycémie), ainsi qu'une perte de poids global de 1,5 livre.⁷

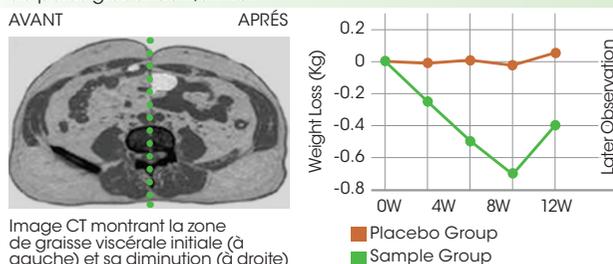


Image CT montrant la zone de graisse viscérale initiale (à gauche) et sa diminution (à droite)

Soutien cardiovasculaire (Cholestérol et triglycérides)

Une étude sur 12 semaines a été conduite sur des sujets modérément obèses, consommant des doses quotidiennes de 600 mg de ApplePhenon^{MC}, en comparaison avec la prise d'extraits de houblon et de placebo. Les patients consommant les polyphénols de ApplePhenon^{MC} ont vu leur taux de cholestérol total et de LDL (mauvais cholestérol) diminuer, et leur taux de HDL (bon cholestérol) augmenter.⁸ Cette étude a corroboré les résultats d'une étude-pilote de 4 semaines, qui avait indiqué des résultats similaires.⁹
Une autre étude sur doses de 600 mg de ApplePhenon^{MC} a prouvé que l'absorption de triglycérides (diète grasse) peut être considérablement réduite par la capacité d'inhiber l'action des lipases pancréatiques.¹⁰

Gestion de la glycémie

Un essai clinique randomisé, à double-insu et contrôlé par placebo, fut mené sur 65 patients prenant une dose de 600 mg de ApplePhenon^{MC}. Il a démontré que ApplePhenon^{MC} pouvait améliorer la tolérance au glucose, en comparaison avec la consommation d'un placebo sur 12 semaines. Les chercheurs en ont conclu que la réponse insulinaire s'était améliorée dû à la réduction de l'inflammation et à l'amélioration du microbiote intestinal.¹¹

Performance athlétique

Une étude de 8 jours a demandé à des athlètes collégiaux de prendre 1,200 mg de ApplePhenon^{MC}. La mesure des exercices sur vélo avec charge ont montré que ApplePhenon^{MC} a largement amélioré la performance athlétique et la résistance à la fatigue, comparé à l'acide ascorbique (1 000 mg).¹²

Soutien du système respiratoire

Même de faibles doses de ApplePhenon^{MC} (50-200 mg chaque jour) ont permis de réduire les symptômes de rhinite allergique. Dans une étude en double-aveugle, des patients souffrant de rhinite allergique ont connu une réduction des crises d'éternuements, de l'écoulement nasal et de la congestion nasale.¹³

Soins de la peau

Les chercheurs ont étudié les bénéfices de ApplePhenon^{MC} sur les réactions allergiques cutanées. Ils ont démontré qu'avec la prise quotidienne de 600 mg, les dermatites atopiques se sont améliorées, montrant moins d'inflammation, de gerçures et démangeaisons, et par conséquent moins d'interruptions du sommeil.¹⁴

Les polyphénols de pomme - le nouveau prébiotique intestinal?

La science progresse, et puisque nous comprenons de mieux en mieux l'action des prébiotiques, le public en consomme davantage. On croit généralement que les prébiotiques fibreux (inuline, FOS, XOS, acacia) nourrissent les bonnes bactéries intestinales, en favorisant leur prolifération, tout en inhibant les pathogènes dangereux. Il est maintenant également reconnu que les polyphénols, comme ceux retrouvés dans les pommes, ont aussi des propriétés prébiotiques bénéfiques. La portion non-absorbable des polyphénols de la pomme prévient l'obésité par un meilleur équilibre microbien et par des changements métaboliques. Les polyphénols de pomme contribuent à la gestion efficace du glucose sanguin et des lipides, en améliorant le ratio F/B des bactéries Firmicutes et Bacteroidetes, ratio qui est habituellement trop élevé dans notre mode de vie occidental, et en augmentant la présence de la bactérie Akkermansia si bénéfique pour la santé humaine.⁵

Mais... AppleSlim^{MC} peut-il s'intégrer dans l'alimentation Keto?

Quand on recherche des aliments Keto, on remarque que les pommes ne se trouvent pas en haut de la liste des aliments recommandés, en raison de leur haute concentration en glucides (sucre) et des calories qu'elles contiennent.

En raison de la forte concentration de ApplePhenon^{MC}, les calories et les glucides sont très bas en comparaison au fait de consommer des pommes, faisant de AppleSlim^{MC} un ajout Keto à notre méthode de gestion de poids.



Extrait de grains de café vert- Un complément parfait

Des études portant sur les polyphénols contenus dans un autre ingrédient naturel ont démontré un potentiel intéressant dans la gestion du poids. L'extrait de grains de café vert non-torréfiés (coffea canaphora robusta) contient un polyphénol nommé acide chlorogénique. Les extraits contenant un minimum de 45% d'acide chlorogénique ont présenté des bénéfices dans la gestion de la pression sanguine et du glucose sanguin, contribuant à réduire le poids global des sujets, augmentant le ratio masse maigre/masse grasse dans le corps humain.^{1,2,3,4}

Les extraits de grains de café vert présentent l'avantage de n'avoir aucun effet négatif sur le foie, contrairement à l'extrait de thé vert souvent utilisé pour la gestion du poids. Grâce à sa faible concentration en caféine (moins de 2%), l'extrait de grains de café vert ne cause pas d'anxiété ni d'excitation.

Enfin au Canada, le phénomène de la pomme asiatique - ApplePhenon^{MC}



AppleSlim^{MC} contient l'ingrédient de polyphénol de pomme breveté connu sous le nom de ApplePhenon^{MC}. ApplePhenon^{MC} est devenu l'ingrédient naturel de gestion de poids le plus vendu en Corée du Sud au cours des dernières années et est inclus dans les formules japonaises.



Grâce au nouveau supplément AppleSlim^{MC}, les Canadiens ont la chance d'essayer ApplePhenon^{MC} et de profiter pour la toute première fois de ses bénéfices sur la gestion de poids et sur la santé cardiovasculaire.

8. Nagasako-Akazome Y, Kanda T, Ikeda M, Shimasaki H. Serum Cholesterol-Lowering Effect of Apple Polyphenols in Healthy Subjects. *J Oleo Sci.* 2005; 54(3): 143-151.
9. Nagasako-Akazome Y, Kanda T, Ohtake Y, Shimasaki H, Kobayashi T. Apple polyphenols influence cholesterol metabolism in healthy subjects with relatively high body mass index. *J Oleo Sci.* 2007; 56(8):417-28.
10. Sugiyama H, Akazome Y, Shoji T, Yamaguchi A, Yasue M, Kanda T, Ohtake Y. Oligomeric procyanidins in apple polyphenol are main active components for inhibition of pancreatic lipase and triglyceride absorption. *J Agric Food Chem.* 2007 May; 30:55(11):4604-9.
11. Shoji T, Yamada M, Miura T, Nagashima K, Ogura K, Inagaki N, Maeda-Yamamoto M. Chronic administration of apple polyphenols ameliorates hyperglycaemia in high-normal and borderline subjects: A randomised, placebo-controlled trial. *Diabetes Res Clin Pract.* 2017 Jun; 129:43-51.

12. Ataka S, Tanaka M, Nozaki S, Mizuma H, Mizuno K, Tahara T, et al. Effects of Applephenon(R) and ascorbic acid on physical fatigue. *Nutrition.* 2007;23:419-23.
13. Enomoto T, Nagasako-Akazome Y, Kanda T, Ikeda M, Dake Y. (2006). "Clinical effects of apple polyphenols on persistent allergic rhinitis: A randomized double-blind placebo-controlled parallel arm study." *Journal of Investigative Allergology and Clinical Immunology* 2006;16(5):283-9.
14. Kojima, T., Akiyama, H., Sasaki, M. et al. Anti-allergic effect of apple polyphenol on patients with atopic dermatitis: A pilot study. *Allergol Int.* 2000 49(1):69-73.



Certified Naturals^{MC} AppleSlim^{MC} Capsules de polyphénols de pomme et d'extrait de grains de café vert

Usage recommandé: Peut faire partie d'un style de vie santé en s'incorporant dans un régime hypocalorique et la pratique d'exercices physiques, pour les personnes suivant un programme de gestion de poids. Contribue à maintenir un taux de pression artérielle normal et aide à soutenir la santé cardiovasculaire. Source d'antioxydants aidant à protéger les cellules des dommages causés par les radicaux libres.

Dose recommandée:
adultes: 1 capsule, 3 fois par jour.

Ingrédients médicinaux :
Chaque capsule végétale contient :

ApplePhenon ^{MC} polyphénols de pomme (70% polyphénols) (<i>Malus domestica</i>)	200mg
Extrait de grains de café vert.	135mg (47.5% acides chlorogéniques; 2% caféine)

Le ApplePhenon^{MC} est soigneusement extrait de pommes vertes non mûres, spécialement sélectionnées et cueillies en état sauvage en Asie centrale, le « pays de l'origine de la pomme ». Grâce à un procédé exclusif d'extraction douce, le plus haut taux de polyphénols est préservé pour en conserver l'activité antioxydante maximale.

Ingrédients non-médicinaux : Cellulose microcristalline, dioxyde de silicium colloïdal, stéarate de magnésium végétal et hypromellose (capsule végétale).

Précautions et mise en garde : Consulter un professionnel de la santé/ praticien de santé/ médecin avant de consommer si vous êtes en situation d'allaitement.

Contre-indications : Ne pas utiliser ce produit si vous êtes enceinte.

GARDER HORS DE LA PORTÉE DES ENFANTS. Ne pas consommer ce produit si le sceau de sécurité du bouchon est endommagé.

Ne contient aucun produit dérivé d'espèces animales, colorants artificiels, saveurs artificielles, maïs, gluten, blé, lactose, produits laitiers, agents de conservation, soya, sucre ajouté, levures, ni éléments génétiquement modifiés.

ApplePhenon[®] ApplePhenon^{MC} est une marque déposée de BGG.



Certified Naturals^{MC} est une nouvelle gamme de suppléments qui sélectionne uniquement les meilleurs ingrédients naturels, dont l'efficacité est reconnue cliniquement. De vrais ingrédients naturels, qui donnent de vrais résultats. Des formules brevetées, certifiées... pour votre santé.



www.certifiednaturals.ca

Questions et commentaires:

Pour le Québec :
Groupe Santé Inc.
groupe_sante2000@gmail.com



Hedley
Enterprises Ltd.

1-888-292-5660
info@hedleys.ca
www.hedleynutritionals.ca