

Diabète l'industrie pharmaceutique déteste cette plante

Le diabète ne cesse de progresser chaque année, c'est un véritable fléau des temps modernes.

Vous savez sans doute que les États-Unis sont très durement touchés par cette maladie... mais c'est aussi le cas aujourd'hui dans beaucoup de pays, même dans les pays émergents qui « copient » peu à peu les mauvaises habitudes alimentaires occidentales.

On estime que 415 millions de personnes sont concernées dans le monde.

Et le pays de la gastronomie n'est pas épargné : plus de 3 millions de personnes sont touchées en France !

Le diabète est présent sous deux formes majeures : le diabète de type 1 que l'on appelle insulinodépendant : il concerne environ 10 % des cas. Il apparaît spontanément, sans prédisposition génétique ou familiale et est facile à diagnostiquer.

Mais le diabète qui explose depuis 20 ans, c'est bien le diabète de type 2. Il est de loin le plus répandu car il est lié à l'obésité et au surpoids. Cette maladie touche beaucoup de personnes qui mènent une vie sédentaire et mangent plus que nécessaire par rapport à leurs dépenses physiques.

Le premier réflexe, c'est de changer de mode de vie.

Ce diabète-là est une vraie « maladie de civilisation » : il touche toutes les populations qui ont arrêté de se dépenser physiquement car elles prennent la voiture, qui mangent trop... et mal : beaucoup d'alimentation industrielle bourrée de sucres cachés et d'additifs.

Vous voyez ce qu'il reste à faire : manger moins et plus sainement, faire du sport ou au moins marcher, faire du vélo...

Mais il y a aussi des remèdes issus de la nature qui peuvent aider toutes les personnes atteintes de diabète de type 2.

Je pense notamment à une plante merveilleuse, la berbérine.

La berbérine est le cauchemar de Big Pharma !

Vous connaissez peut-être le nutritionniste Julien Venesson : il considère la berbérine comme « la plante contre le diabète qui fait trembler l'industrie pharmaceutique ».

La berbérine fait partie des alcaloïdes : elle est utilisée depuis longtemps dans la pharmacopée chinoise.

Mais la science et la médecine moderne sont en train de redécouvrir ses bienfaits pour la santé : elle a été testée dans des centaines d'études différentes.

Voici comment elle agit : après avoir été ingérée, la berbérine est transportée dans la circulation sanguine. Elle se déplace ensuite dans les cellules du corps. À l'intérieur des cellules, elle se lie à plusieurs « cibles moléculaires » différentes et change leurs fonctions, de la même manière que les médicaments.

Elle active une enzyme capitale dans la régulation du métabolisme

Mais une des actions les plus intéressantes de la berbérine, c'est d'activer une enzyme à l'intérieur des cellules appelée l'AMPK (Adenosine Monophosphate activated Protein Kinase).

On la trouve dans les cellules de différents organes, y compris le cerveau, les muscles, les reins, le cœur et le foie. Cette enzyme joue un grand rôle dans la régulation du métabolisme.

L'activation de l'AMPK a principalement pour effet :

- de stimuler l'oxydation des acides gras hépatiques et la céto-genèse,
- d'inhiber la synthèse du cholestérol, la lipogénèse (formation de graisses) et la synthèse des triglycérides,
- de stimuler l'oxydation des acides gras dans les muscles squelettiques et l'absorption du glucose par les muscles
- et enfin de moduler la sécrétion d'insuline par les cellules bêta du pancréas.

Deux études récentes montrent l'efficacité de la berbérine par rapport à la metformine, le médicament le plus courant pour traiter le diabète de type II. Dans la première étude, 36 adultes atteints de diabète de type II nouvellement diagnostiqués ont reçu par groupe un traitement soit de berbérine soit de metformine (500 mg 3 fois / jour) pendant 3 mois.

L'effet hypoglycémiant de la berbérine a été similaire à celle de la metformine [1]

Une seconde étude a montré les avantages de la berbérine dans le diabète de type II. 116 patients ont reçu de la berbérine (1 g par jour) ou un placebo pendant 3 mois. Dans le groupe ayant reçu la berbérine, là encore les résultats étaient encourageants ! [2] : baisse de l'hémoglobine A1c, diminution des taux de triglycérides, de cholestérol total et de cholestérol LDL. Le taux d'élimination du glucose augmente après le traitement à la berbérine.

On note toutefois des effets indésirables gastro-intestinaux transitoires avec l'usage de la berbérine assez fréquents liés à son action antimicrobienne. Ce désagrément est passager. Cette plante pourrait aussi aider celles et ceux qui n'arrivent pas à se débarrasser de leur graisse. La berbérine est donc une plante incontournable dans le traitement du diabète. Ces dernières études montrent que :

La berbérine est supérieure à la metformine ;

La berbérine est bénéfique pour le métabolisme du glucose... et pour l'activité de l'insuline par plusieurs mécanismes distincts comme l'action de l'insuline et l'activation de l'AMPK.

Mais son potentiel dépasse largement le traitement du diabète...

Comme la berbérine inhibe l'accumulation de lipides dans les adipocytes, les résultats suggèrent qu'elle pourrait avoir un effet anti-obésité.

Cela veut dire que la berbérine pourrait aussi réduire la taille de nos cellules graisseuses et en réduire le nombre !!

Une formule berbérine + chrome

Il existe une formule intéressante mise au point par le laboratoire français SFB [3] : elle est composée d'un extrait de berberis vulgaris (concentré à 97 % en berbérine) combiné à du chrome.

Elle aide l'organisme à réguler la glycémie, à diminuer l'appétence pour le sucre tout en prévenant les troubles hépatiques.

Le duo berbérine plus chrome est vraiment intéressant car le chrome est l'oligo-élément qui régule la production d'insuline. L'insuline est l'hormone pancréatique qui fournit aux cellules le glucose nécessaire à la production d'énergie et qui maintient des niveaux normaux de glucose sanguin.

Ainsi, l'insuline joue un rôle essentiel en régulant les mouvements du glucose hors du sang et vers les cellules. Les chercheurs supposent qu'elle utilise le chrome comme cofacteur pour « déverrouiller » la porte des membranes cellulaires, permettant ainsi au glucose d'y pénétrer.

Faites comme moi : décrochez la médaille d'or !

J'espère que cette lettre vous aidera à combattre cette maladie : n'hésitez pas à la transférer à un ami qui est directement concerné et à tous vos proches.

Et n'oubliez que le plus important c'est d'ajuster son mode de vie !

Portez-vous bien Jean-Pierre Willem