

## **Sève de bouleau fraîche, non diluée, non nano-filtrée, juste pure fraîche et naturelle récoltée sur des terres sauvages isolées de Lozère, livrée dans des bouteilles en verre.**

La cure de sève de bouleau a été plus ou moins oubliée, car il est difficile à l'heure actuelle de trouver sur le marché de la sève de bouleau 100% pure et vivante. De ce fait, celle que l'on trouve couramment dans le commerce est, le plus souvent, largement diluée (10 % au moins, souvent plus) en mélange avec d'autres produits, le tout pasteurisé.

Dans ce cas, les quantités actives sont loin du compte pour pouvoir avoir un effet réellement positif sur le bien-être de l'utilisateur.

### **Quelques propriétés :**

- active la diurèse et l'élimination des déchets organiques comme l'acide urique et le cholestérol (action drainant prédominant)
- rôle régulateur des troubles gastro-intestinaux
- propriétés anti-oxydantes notoires
- antidote à l'aluminium (% important de silicium organique naturel)
- action bénéfique sur la peau les cheveux les ongles

### **Conservation de la sève de bouleau fraîche**

À cause du sucre qu'elle contient, elle fermente et devient acidulée et doit être conservée au réfrigérateur pour rester fraîche.

Pour éviter une fermentation trop rapide, il est possible de stabiliser la sève de bouleau avec de l'alcool pur. L'autre moyen pour empêcher la fermentation est l'addition de clous de girofle.

La congélation de la sève fraîche permet son utilisation tout au long de l'année, mais change son état physique.

La fermentation permet d'obtenir un vin de bouleau analogue au champagne.

La sève de bouleau, pour pouvoir produire ses bienfaits, ne doit contenir aucun additif chimique de conservation ou autre, être pure et vivante, donc récoltée et conditionnée artisanalement.

(non pasteurisée, non nano-filtrée, juste pure fraîche et naturelle !)

La sève doit être conditionnée immédiatement, livrée le lendemain même du tirage, et conservée au réfrigérateur 3 semaines maximum, le temps de la cure.

### **Conseils d'utilisation**

Il est conseillé des cures printanières de 3 semaines minimum, idéalement 5 litres de sève fraîche sur une période de 2 à 3 semaines (15 à 21 jours).

Boire un verre de 200 ml par jour le matin à jeun et avant chaque repas, pendant 2 à 3 semaines. Une cure complète nécessite 5 litres. (plus ou moins selon les besoins).

## Pour ceux qui veulent en savoir plus :

### **La sève de bouleau, élixir précieux**

La plupart de nos contemporains ont totalement oublié que, il y a cinquante ans encore, la sève était en effet symbole d'un renouveau et perçue comme un moyen de purifier et fortifier son organisme pour attaquer l'année :

La Nature a prévu de nous donner un élixir extraordinaire et précieux pour ce grand nettoyage : la sève de bouleau.

La sève de bouleau contient des éléments naturels très intéressants dont on ignore encore tous les mécanismes d'actions : de la vitamine C, des flavonoïdes antioxydants comme la quercétine, des tanins, de l'acide chlorogénique. Elle est riche en calcium, magnésium, silicium, sodium et potassium. Fraîche, elle contient aussi, immédiatement biodisponibles, des oligo-éléments comme le cuivre, le fer, le manganèse, le zinc si rare dans nos aliments. Elle contient des mucilages, des flavonoïdes, dix-sept acides aminés dont l'acide glutamique qui vivifie et dynamise. Elle contient aussi des cytosines et des sucres sous forme de fructose, de 0,5 à 0,2%.

La sève de bouleau contient encore deux hétérosides, le bétuloside et le monotropitoside qui libèrent par hydrolyse enzymatique du salicylate de méthyle, un analgésique, anti-inflammatoire et diurétique efficace.

### **Des vertus multiples**

Les recherches modernes ont révélé la présence de bétuline, une petite molécule qui améliore la résistance à l'insuline, réduit les plaques d'athérosclérose (qui rigidifient les artères et favorisent les accidents cardiaques) et soigne l'hyperlipidémie (trop de graisse dans le sang) .

D'autres travaux menés en ex-Union soviétique indiquent que la sève de bouleau peut être utilisée dans le cadre de traitements contre l'anémie, le cancer, la tuberculose, les calculs rénaux, la goutte, l'arthrose, les rhumatismes, le rhume et les maladies de peau .

Un médicament développé en URSS, le Biomos, fait à partir de sève de bouleau, a une capacité démontrée à cicatrifier les blessures et les brûlures et agit comme substance antidouleur et anti-sclérose .

Probablement par manque d'intérêt financier, les recherches sur la sève de bouleau sont éparses mais un certain nombre d'entre elles confirment ces usages ancestraux. Une récente étude menée en Russie a ainsi montré un pouvoir surprenant de ce produit à soutenir la fonction hépatique sur des malades touchés par une hépatite C chronique. En 12 semaines l'activité du virus a été réduite de 43% .

Par ailleurs les recherches ont montré que l'acide chlorogénique de la sève de bouleau (qu'on retrouve aussi dans le café) diminue l'appétit, diminue l'absorption des glucides et favorise l'utilisation des graisses pour fournir de l'énergie et permet une perte de poids qui peut atteindre 4 kg en 12 semaines.

En Europe de l'Ouest, les sociétés qui commercialisent la sève de bouleau mettent en avant ses vertus pour favoriser le drainage et l'élimination des déchets acides de l'organisme (acide urique), ce qui aurait un effet contre les douleurs rhumatismales et les douleurs articulaires. Là encore la science semble confirmer l'usage traditionnel : l'acide chlorogénique module l'activité du système immunitaire pour réduire l'inflammation dans l'arthrite rhumatoïde et le salicylate de méthyle présent dans la sève exerce des effets comparables à ceux de l'aspirine (acide acétylsalicylique) pour

contrôler la douleur.

La sève de bouleau est aussi proposée pour stimuler le métabolisme et détoxifier le corps en douceur (eczéma, dartres, psoriasis, dermites du cuir chevelu...).

Les études menées par l'Université de Riga, en Lettonie, ont également prouvé que la sève de bouleau dispose de fortes propriétés antioxydantes et retarde les effets du vieillissement. Elle stimule à la fois la croissance des cellules du derme et de l'épiderme et protège les cellules de la peau contre le stress oxydatif, y compris des rayons ultraviolets, de la pollution et des effets d'inflammations.

Pour finir, les flavonoïdes qu'elle contient comme la quercétine sont aujourd'hui d'une efficacité reconnue pour renforcer les vaisseaux sanguins, diminuer la tension artérielle et combattre la rétention d'eau.

## **Une récolte respectueuse de la Nature**

La récolte de sève de bouleau fraîche ne nécessite ni abattage, ni sacrifice des arbres. Après avoir percé un trou horizontal dans le tronc, il s'agit de laisser couler la sève goutte à goutte dans une bouteille grâce à un tuyau, en évitant l'intrusion de poussières et de salissures dans l'arbre. Un arbre fournira facilement un à deux litres de sève par jour, voire jusqu'à dix litres en deux jours pour un arbre de grande taille. Aucun risque d'épuiser l'arbre, il ne vous donnera que ce dont il n'a pas besoin.

Une fois la récolte achevée, il faut boucher les trous à l'aide de chevilles de bois pour protéger l'arbre contre les infections.