

ORIGINAL-KEFIR

**Le kéfir est une boisson sans âge
qui traverse les siècles
avec ses vertus traditionnelles
bienfaisantes pour la santé (Dr. S. Rollan)**

Présentation

Original-Kéfir est une poudre qui conserve les qualités du kéfir originel

Caractéristiques :

- 1. Produit laitier fermenté par des grains de kéfir provenant de diverses régions du monde (Caucase, Cachemire, Andes,...).*
- 2. Les grains de kéfir sont reconstitués à partir de la méthode Symbiotic-Mix.*
- 3. Produit stable et lyophile*
- 4. Transporteur actif de minéraux et d'oligo-éléments.*
- 5. Biostimulant naturel.*
- 6. Régulateur des fonctions métaboliques*
- 7. Tonique intellectuel.*

Utilisations :

- 1. Permet une Meilleure Absorption des Nutriments Alimentaires.**
- 2. Biostimulant Naturel de l'Organisme en Période de Fatigue Intellectuelle ou Physique.**
- 3. Diminue les Phénomènes Dus au Vieillessement.**
- 4. Apporte Vitalité et Bien-Être.**

(Ce produit a été mis au point par la méthode Symbiotic-Mix)

SOMMAIRE

Fiche I	ROLE PREVENTIF D'ORIGINAL-KEFIR DANS LE VIEILLISSEMENT
Fiche II	ROLE PREVENTIF D'ORIGINAL-KEFIR SUR LES RADICAUX LIBRES
Fiche III	ROLE PREVENTIF ET CURATIF D'ORIGINAL-KEFIR SUR LES FONCTIONS DIGESTIVES
Fiche IV	ROLE REGULATEUR D'ORIGINAL-KEFIR SUR LES FONCTIONS HEPATIQUES
Fiche V	ROLE VITAMINIQUE D'ORIGINAL-KEFIR
Fiche VI	ROLE MINERAL D'ORIGINAL-KEFIR

ROLE PREVENTIF D'ORIGINAL-KEFIR DANS LE VIEILLISSEMENT

Toutes les études réalisées sur le vieillissement montrent qu'il existe plusieurs types de vieillissement qui sont successifs mais surtout imbriqués les uns aux autres. Nous citerons le vieillissement démographique et le processus de vieillissement individuel qui se répartit en quatre parties: le biologique, le psychologique, le social et le subjectif.

1. Le vieillissement démographique

Le Kéfir peut agir sur le vieillissement démographique en augmentant *le profil de longévité d'une population* (Blumenthal, 1980). L'étude d' Alexander Leaf, sur trois populations renfermant un nombre inhabituel de centenaires vivants dans des régions montagneuse retirées, montre le rôle de l'environnement (l'altitude, diminution du stress,...) et de l'alimentation en particulier les laits fermentés (Leaf, 1976).

2. Le vieillissement individuel

Le Kéfir agit davantage sur le vieillissement individuel et en particulier sur le biologique , (Furukawa, 1992), le psychologique avec retentissement sur le social et le subjectif (Leaf, 1976). *Le vieillissement entraîne une limitation des capacités d'adaptation* de l'organisme à son environnemnt et à son alimentation, le Kéfir permet de rétablir les capacités déficientes et améliore ces capacités lorsqu'elles sont en état (Bossi,1986 ;.Rollan, 1991).

3. Vieillissement différentiel des fonctions intellectuelles :

Le Kéfir agit sur les modifications des capacités intellectuelles et en particulier sur la diminution des facultés d'attention et de concentration ainsi que sur la diminution des capacités mnésiques en améliorant la *mémoire active de l'individu*.(Lipatov, 1978). Le Kéfir agit peu sur le déclin des fonctions cognitives intervenant dans l'adaptation de situations nouvelles et sur les facultés d'apprentissage des tâches nouvelles

4. Vieillissement psychologique

Il se traduit essentiellement par des pulsions destructrices (angoisse) et une atteint narcissique (regression, perte de soi). Le narcissisme est le gardien de la vie, en cas de regression, il ne s'oppose plus au processus de mort. Le vieillissement psychologique est différent chez la femme (crise biologique = ménopause) que chez l'homme (perte du rôle social). Le Kéfir seul améliore l'*efficacité anti-stress* (Henrard, 1982).

Références

- LEAF A., 1976. *Youth in Old Age*. McGraw Hill, Inc. N.Y.
LIPATOV N.N., 1978. *A lecture*. XX Int. Dairy Congr., Sessions Scientifiques et Techniques, ST 43, 15 pp
BLUMENTHAL H.T., 1980. *Tempo médical*, n°49, p 75-90.
HENRARD J.C., 1982. *Colloque INSERM n°101*, INSERM Editeur Paris
BOSSI MG., CARMINATI D., BETTONI L., 1986. *Ind Latte*, 22 (3-4), 19-35
ROLLAN S., 1991. *Journal of Dairy Research*, 58 (4), 497-502

FICHE II

**ROLE PREVENTIF D'ORIGINAL-KEFIR
SUR LES RADICAUX LIBRES**

La production endogène de radicaux libres est un phénomène "physiologique" et c'est lorsque la quantité libérée augmente et dépasse les mécanismes de protection qu'ils deviennent pathologiques.

Le Kéfir contient des substances qui ont montré leurs efficacités sur la diminution des radicaux libres oxygénés tel que vitamine E, vitamine A, Cuivre-Zinc, glutathion (*Bermond, 1991 ; Tison, 1992*).

Mais surtout le Kéfir contient du *sélénio-méthionine* qui est un anti-oxydant n'existant pas sous forme libre dans les aliments et qui est synthétisé par fermentation pour la fabrication du Kéfir (*Nieper, 1985*).

Références

NIEPER H., 1985. Off. Int. Lib Belgique

BERMOND P., 1991. Cahier Nutrition Diététique XXVI, vol 6, p403-408

TISON E., 1992. Jou. Int. Med. n°251, p29-35

FICHE III

**ROLE PREVENTIF ET CURATIF D'ORIGINAL-KEFIR
SUR LES FONCTIONS DIGESTIVES**

1. Au niveau de l'acte volontaire : la mastication

*** Phase bucco-oesophagienne :**

Chez les personnes âgées comme chez les personnes qui prennent certains médicaments (antidépresseurs, atropiniques,...) se révèlent des hyposalivies ou des asialivies. Le Kéfir rétablit le débit de la *sécrétion salivaire* et améliore la concentration en électrolytes et protéines (ptyaline,...) d'où une meilleure déglutition du bol alimentaire (Gil, 1950, Kneifel, 1992).

2. Au niveau de l'acte autonome : la digestion proprement dite

*** Phase gastrique :**

Le Kéfir agit sur les phénomènes hypo ou achlorhydrie et régule la vidange gastrique donc évite les sensations de pesanteur tel que lenteur digestive et indigestion (Blanc, 1984 ; Tashenov, 1975).

*** Phase intestinale :**

Le Kéfir agit comme activateur des proenzymes pancréatiques et biliaires (Bossi, 1986), il stimule des microorganismes présents dans l'intestin et favorise leurs *actions enzymatiques* (Rollan, 1988 ; De-Vresse, 1992), il régule les *hormones digestives* et favorise l'adsorption des minéraux comme le calcium (Shahani, 1979 ; Mann, 1985.; Rollan, 1991).

*** Colon et formation de la selle :**

Le Kéfir permet de rétablir quantitativement et qualitativement l'équilibre de la flore bactérienne colique (Metchnikoff, 1908 ; Hennerberg, 1934) et régule le transit intestinal en diminuant les diarrhées motrices et en évitant la constipation iodopatique ou par atonie motrice (Kasyanenko, 1957 ; Miyamoto, 1991)

Références

- METCHNIKOFF E., 1908. *G.P.Putman's sons, N.Y.Ist.Ed.*
HENNEBERG W., 1934. *Molkerei-Ztg.*, 35, 170-1, 177, 184-5
GIL S.A., 1950. *Voprosy Pediat. i Okhrany Materinstva i detstva*, 18 (2), 36-82
KASYANENKO V., 1957. *Voprosy Pitaniya*, 16 (4), 26-33
LIPATOV N.N., 1978. *A lecture. XX Int. Dairy Congr., Sessions Scientifiques et Techniques, ST 43, 15 pp*
TASHENOV K.T., KUSEBAEVA F.Y., IREALIVA L.A., 1975. *Tr. Inst. Fiziol. Akad. Nauk Kas-SSR*, 21, 24-9
SHAHANI K.M, CHANDAN R.C., 1979. *Symposium : Nutritional Value of Dairy foods*, 62
HENRARD J.C., 1982. *Colloque INSERM n°101, INSERM Editeur Paris*
BLANC B., 1984. *Bulletin FIL/IDF Doc.179*, 33-53
MANN E., 1985. *Revue Lait.Fran.*, N°446,46-50.
BOSSI M.G., CARMINATI D., BETTONI L., 1986. *Ind Latte*, 22 (3-4), 19-35
ROLLAN S. 1988. *Th. Doct. sciences pharmaceutiques Toulouse*
ROLLAN S., 1991. *Journal of Dairy Research*, 58 (4), 497-502
DE-VRESSE, M., KELLER B., BARTH CA., 1992. *Br. J. Nutr.* 67(1), 67-65
KNEIFEL W.; ULBERTH F.; ERHARD F.; JAROS D., 1992. *Milchwissenschaft*, V. 47, N. 6, P. 362-365

MIYAMOTO T.; MORITA H.; NISHIOKA K.; KATAOKA K., 1991. *J. d. food science*, V. 40, N. 3, P.111-120

FICHE IV

ROLE REGULATEUR D'ORIGINAL-KEFIR SUR LES FONCTIONS HEPATIQUES

Une consommation élevée de lipides augmente le taux de cholestérol circulant mais une étude réalisée sur une tribu africaine des Massaïs a démontré que malgré une alimentation riche en matière grasse, ces hommes ne présentaient pas d'hypercholestérolémie ; la base de leur alimentation étant associée avec du lait fermenté (*Mann et Spoerry, 1974*).

Le Kéfir diminue le taux de cholestérol exogène circulant en limitant la formation des protéines de transport (*Vujicic, 1992*) ; il régule la fabrication de cholestérol endogène par action sur l'enzyme HMG CoA (*Richardson, 1979 ; McCarthy, 1984*) et donc diminue la cholestérolémie.

Le Kéfir améliore le cycle entéro-hépatique des sels biliaires et de ce fait limite l'obstruction de la voie biliaire (lithiase)(*Ward, 1987*). Mais le phénomène le plus intéressant est la suppression de l'*hypertension portale* qui a pour effet direct une meilleure circulation au niveau hépatique (*Nieper, 1985*) et pour effet indirect une amélioration des problèmes hémorroïdaires, variqueux et une diminution des troubles veineux (jambes lourdes, station debout prolongée)(*Lemonnier, 1984 ; Bossi, 1986 ; Rollan, 1991*).

Références

- MANN G.V. et SPOERRY A., 1974. *Am. J. Clin. Nutr.*, 27, 464-469
VUJICIC I.F., VULIC M., KONYVES T., 1992. *Biotechnology letters*, V. 14, N. 9, 847-850.
LEMONNIER S., 1984. *Bulletin FIL/IDF Doc* 179,131-142
RICHARDSON T., 1979. *L'aliment et la vie* 67, 91-109
NIEPER H., 1985. *Révélation en médecine et santé, Off. Int. Lib Belgique*
WARD P.C.; MCCARTHY R.D.; KILARA A., 1987. *Milchwissenschaft*, V.42; N.8; 499-504
MCCARTHY R.D.; SMITH-STOSICH S.; KILARA A., 1984. *Milchwissenschaft*, V.39; N.7; 412-415
BOSSI MG., CARMINATI D., BETTONI L., 1986. *Milk. Ind Latte*, 22 (3-4), 19-35
ROLLAN S., 1991. *Journal of Dairy Research*, 58 (4), 497-502)

FICHE V

ROLE VITAMINIQUE D'ORIGINAL-KEFIR

Le déficit en folates, constitue aujourd'hui la plus fréquente et la plus importante des carences vitaminiques qui existe dans les populations occidentales (*Heraud, 1983*). Ce déficit en folates semble toucher environ 10 à 20% de la population et pas seulement les personnes âgées ou les enfants mais également les adultes (*Lemoine, 1986*).

Le tableau classique de cette avitaminose est l'anémie macrocytaire, mais à une moindre échelle elle peut causer aussi des désordres neurologiques et neuropsychiatriques, **des glossites, des diarrhées et des retards de cicatrisation**. Le Kéfir a une action sur ces trois derniers désordres et il améliore les phénomènes de cicatrisation (*Drewek, 1986*).

Les états de grossesse, de puberté, de vieillissement, d'alcoolisme chronique et les traitements nécessitant une chimiothérapie (méthotrexate) nécessitent un apport en folates à faible dose et à des valeurs se rapprochant des besoins journaliers de l'individu (*Heraud, 1983*). Le Kéfir contient les éléments nécessaires pour équilibrer ce déficit (*Kneifel, 1991*).

Références

HERAUD G., 1983. Med. et Nut. XIX, 3, p151-163

LEMOINE A., 1986. Le Concours Médical, 108, 43, p313-329

DREWEK Z.; CZARNOCKA-ROZNIAKOWA B, 1986. Acta alimentaria polinica, V.12; N.1; P.35-45.

KNEIFEL W.; MAYER H.K., 1991. Journal of food science and technology, V. 26, N. 4, 423-428

FICHE VI

ROLE MINERAL D'ORIGINAL-KEFIR

Le Kéfir permet une assimilation facilitée des oligoéléments en les solubilisants partiellement (Cu, Fe, Zn) et des minéraux en les solubilisant totalement (Ca, P, Mg) ; cette action est facilitée par son action au niveau gastrique et intestinal lors de la digestion (*Blanc, 1984*).

Enfin 1,5 à 2% du poids du corps humain contient du calcium, 99% sont localisés sous forme de sels (phosphates, carbonates) et jouent un rôle dans la contraction musculaire, la coagulation, le myocarde, le tissu nerveux et dans plusieurs fonctions enzymatiques du système biologique (*Rollan, 1988*).

La meilleure source de calcium se présente sous la forme de phosphate colloïdal ou de caséinate : c'est le cas dans le Kéfir (*Tunick, 1987*).

Références

BLANC B., 1984. Bulletin FIL/IDF Doc.179, 33-53

TUNICK M.H., 1987. J. Dairy Sc. 70, p429-438

ROLLAN S. 1988. Th. Doct. sciences pharmaceutiques Toulouse