

Le monde au naturel

re vert | mieux-être

2016 Volume 4
Numéro 31
Septembre

Santé

La pilule,

ce qu'on ne vous
a jamais dit

Aromathérapie

Invasion de punaises
de lit chez vous?

La musique :

pour le bien-être
du corps et de l'esprit

Santé

Rentrée scolaire : comment
se **débarrasser des poux?**

Alimentation

Le régime Sati :

trouver un équilibre à l'indienne

Ce magazine d'une
valeur de 3.95\$
vous est offert par
votre boutique de
produits naturels

Les baies de sureau : petits fruits au potentiel anticancéreux

Bien que les baies de sureau soient cultivées au Québec depuis une dizaine d'années, ce n'est que récemment qu'un laboratoire de recherche sur la prévention du cancer a documenté leurs propriétés chimiopréventives.

Laurianne Adam et Marquis Patry, producteurs de baies de sureau et propriétaires de l'entreprise de transformation Fruitomed collaborent depuis 2013 avec la Chaire de recherche en prévention et traitement du cancer de l'Université du Québec à Montréal à une étude visant à évaluer les propriétés anticancéreuses de deux de leurs cultivars de baies de sureau.



Récemment finalisés, les résultats de l'étude révèlent que la consommation de baies de sureau* et de fleurs de sureau pourrait prévenir le développement de certains types de cancer, en particulier les glioblastomes, soit les tumeurs cérébrales les plus fréquentes et agressives.

De plus, le laboratoire a évalué l'extrait concentré de baies de sureau IMMUNIA, un produit fabriqué par Fruitomed, afin de comparer les propriétés anticancéreuses entre les baies de sureau et celui-ci. Selon cette étude, grâce à sa concentration plus élevée en polyphénols, IMMUNIA a obtenu les meilleurs résultats pour sa capacité d'empêcher la prolifération de cellules cancéreuses et endothéliales cérébrales présentes aussi bien à proximité qu'au centre du foyer hypoxique (<2 % oxygène) de la tumeur. Ceci affecte plusieurs mécanismes, dont le cycle de division des cellules et leur survie empêchant ainsi la tumeur de croître et permettant de la maintenir en dormance.

Au Québec, c'est en septembre que l'on récolte les baies de sureau. Ces petites baies délicieuses sont riches en vitamines A, B6, C, en fibres, en minéraux et surtout, en polyphénols. Ces derniers sont des molécules aux capacités antioxydantes dotées de propriétés non seulement anticancéreuses mais aussi anti-inflammatoires.

Depuis 2009, c'est leur entreprise *Au Versant du Sureau* située à Adstock, en Chaudière-Appalaches, à qui revient la production de ces petites baies délicieuses. Pour assurer la qualité des fruits, ils sont cueillis à la main afin de sélectionner uniquement les fruits sains et mûris à point. C'est ensuite dans l'usine de 6000 pieds carrés appartenant à Fruitomed et située à quelques kilomètres des plantations que les baies de sureau seront transformées.

Fruitomed assure ainsi la fabrication et commercialisation des produits, et ce, uniquement à partir de variétés de sureaux comestibles développées pour la production fruitière par Agriculture Canada, tels Kent, Scotia, Victoria, York. Les fruits sont utilisés pour la transformation de produits alimentaires et nutraceutiques grâce à leurs grandes propriétés : antioxydantes, anti-inflammatoires, immunostimulantes, antivirales, diurétiques, etc. Les baies de sureau se classent d'ailleurs en tête de liste parmi tous les petits fruits du Québec pour leurs valeurs nutritives et leur capacité antioxydante.

Le produit vedette de Fruitomed est sans aucun doute l'extrait concentré de baies de sureau IMMUNIA. Un produit de santé naturel qui est approuvé par Santé Canada et permet un apport en antioxydants naturels. Nous savons tous qu'il faut consommer 7 à 10 portions de fruits et légumes par jour. Cependant, la réalité est que beaucoup de gens ne sont pas en mesure de prendre le temps de choisir et d'acheter les fruits les plus nutritifs ou encore de consommer suffisamment d'aliments variés pour bénéficier d'un apport en antioxydants. Puisqu'il est un concentré, IMMUNIA est donc le produit idéal pour la consommation de baies de sureau en tout temps durant l'année et optimiser la consommation d'antioxydants naturels.

*À noter que les sureaux que l'on retrouve à l'état sauvage ou les variétés ornementales vendues en centres-jardins (dont certains sont même non comestibles) n'ont pas les mêmes propriétés que les deux cultivars analysés dans cette étude.