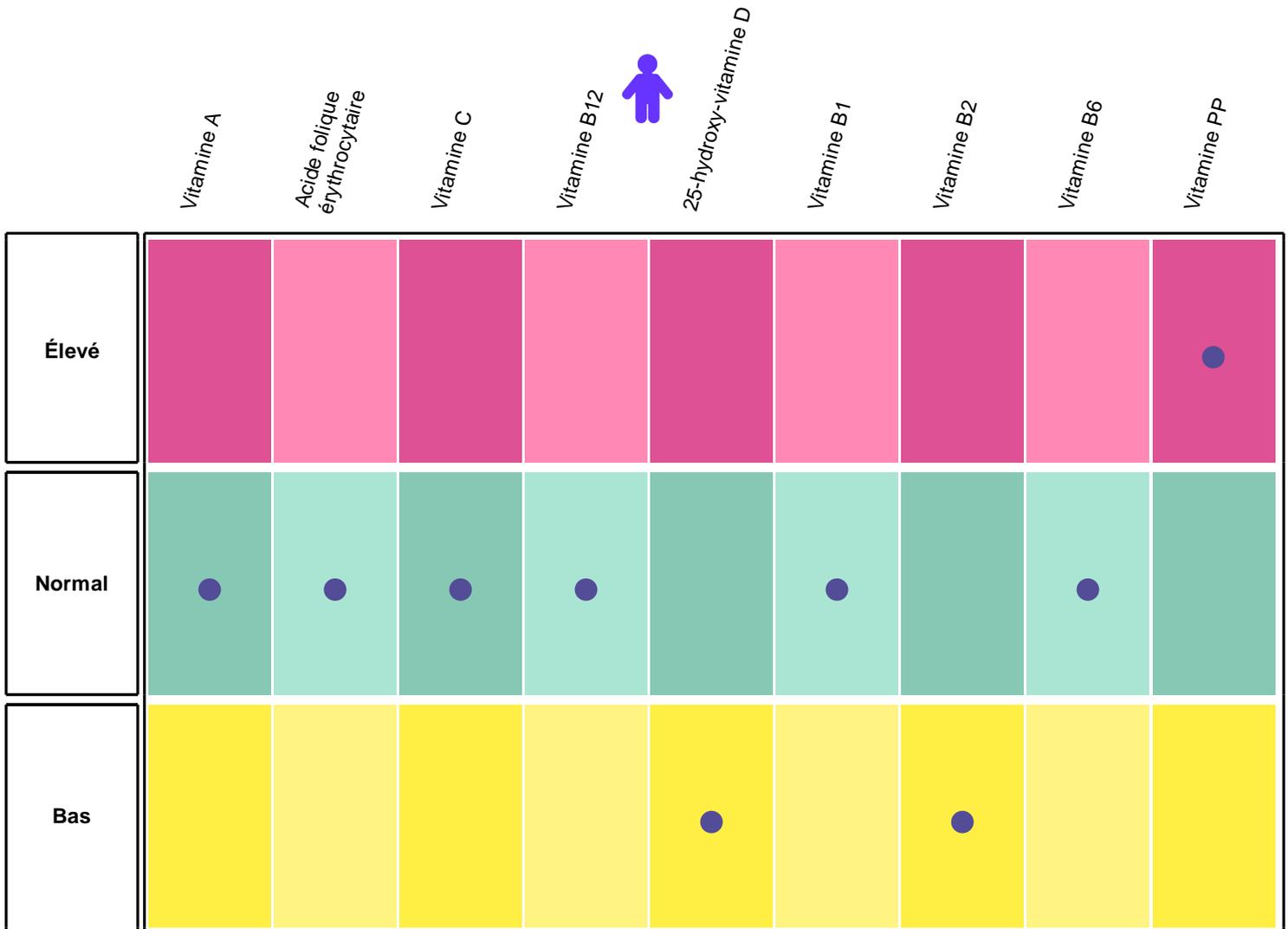




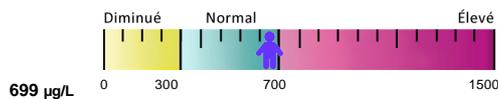
RÉSULTATS : DANS QUELLE ZONE VOUS SITUEZ-VOUS ?





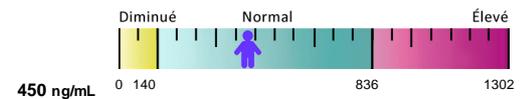
RÉSULTATS

Vitamine A



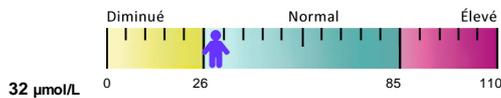
► D'origine animale (rétinol) ou végétale (transformation du bêta-carotène), la vitamine A est un antioxydant qui joue un rôle clé dans la vision (nocturne en particulier). Elle est également nécessaire à l'assurance d'une immunité optimale ainsi qu'au fonctionnement de la vitamine D et des hormones thyroïdiennes. Régulatrice de l'expression génique, elle aurait aussi un rôle cardioprotecteur.

Acide folique érythrocytaire



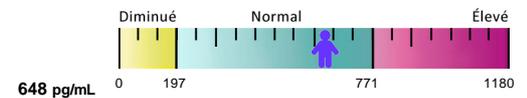
► La vitamine B9 ou acide folique joue un rôle essentiel dans la production du matériel génétique (ADN, ARN) et des acides aminés nécessaires à la croissance cellulaire. Elle est impliquée dans la protection contre le risque cardiovasculaire et les dépressions, et intervient largement, en tant que cofacteur, dans le fonctionnement cérébral.

Vitamine C



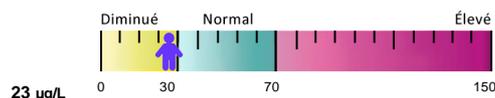
► La vitamine C est un puissant anti-oxydant qui protège contre le vieillissement cellulaire et augmente l'assimilation du fer d'origine végétale. Son rôle est majeur dans le maintien des défenses immunitaires, mais aussi dans le métabolisme du cholestérol et la régénération de la vitamine A des membranes cellulaires. On la trouve notamment dans les fruits, et certains légumes comme les brocolis. Attention : le dosage de la vitamine C exige des conditions préanalytiques strictes ; un résultat abaissé, a fortiori effondré, doit faire l'objet d'une vérification du respect de ces conditions et/ou d'un contrôle sur un nouveau prélèvement.

Vitamine B12



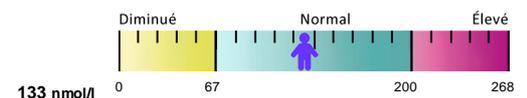
► Essentielle aux réactions de méthylation impliquées dans le métabolisme mitochondrial, notamment au niveau du système nerveux, et à la synthèse des globules rouges, la vitamine B12 est aussi nécessaire au fonctionnement optimal du système immunitaire. Issue uniquement de produits d'origine animale sa carence, due à un apport insuffisant (régimes végétariens) ou une diminution d'absorption (maladies intestinales chroniques) peut entraîner des anomalies hématologiques ou neurologiques.

25-hydroxy-vitamine D



► La vitamine D intervient dans le métabolisme du calcium, du phosphore et du magnésium. Elle joue un rôle essentiel dans la minéralisation des os, les fonctions neuro-musculaires, l'humeur et le sommeil mais elle est également fortement impliquée avec la vitamine A, le fer et le magnésium dans les mécanismes de défense immunitaire, notamment anti-virale, ainsi que dans l'équilibre glycémique et la protection cardiovasculaire. Elle contrôle enfin la prolifération cellulaire et joue un rôle anti-inflammatoire.

Vitamine B1



► La vitamine B1 (thiamine) est importante pour le métabolisme des glucides, la dégradation de l'alcool par le foie et le fonctionnement du système nerveux.