

LA LEVURE DE BIÈRE 650/MG

De Produits D Lanoue

Depuis déjà de nombreuses décennies, la levure de bière a fait l'objet de multiples travaux et publications scientifiques qui sont unanimes à reconnaître ses extraordinaires qualités nutritionnelles, et certaines vertus thérapeutiques dignes d'intérêt, en rapport avec son exceptionnelle richesse qualitative et quantitative en éléments biologiques essentiels. C'est ainsi que dès 1938, la Société des Nations (S.D.N.) en recommandait déjà la consommation dans les pays sous-développés souffrant de malnutrition et que, plus récemment, la Food and Agriculture Organisation (F.A.O.) considérait que la levure de bière fait partie des sources de protéines végétales alimentaires parmi les plus intéressantes après la spiruline.

Actuellement, en ce qui concerne nos pays développés, la levure de bière constitue un excellent complément alimentaire pour nos animaux de compagnie, et cette assertion est non seulement fondée sur l'expérience acquise depuis déjà bien longtemps, mais aussi et surtout sur sa composition chimique - parfaitement connue aujourd'hui - qui révèle un produit d'une très grande richesse en nombreux éléments biologiques indispensables à la bonne marche de leur organisme, et que la nourriture quotidienne actuelle, issue de la société industrielle outrancière de consommation qui est la nôtre, ne leur apporte pas toujours en quantité suffisante.

COMPOSITION DE LA LEVURE DE BIÈRE

La levure de bière est un aliment naturel d'une exceptionnelle teneur en nombreux éléments vitaux essentiels, notamment en:

- Protides avec tous les acides aminés indispensables (isoleucine, leucine, lysine, méthionine, phénylalanine, thréonine, triptophane et valine), c'est-à-dire tous ceux que l'organisme est incapable de synthétiser lui-même et qu'il faut lui apporter quotidiennement dans la ration alimentaire.
- Substances minérales, et plus particulièrement: calcium, cuivre, fer, magnésium, phosphore, potassium, soufre, qui occupent tous une place essentielle dans le bon fonctionnement des chaînons métaboliques de l'organisme.
- Vitamines, surtout du groupe B et, pour beaucoup d'entre elles, la levure de bière en constitue la source naturelle la plus riche qui soit, tout spécialement pour la vitamine B1 ou thiamine, la vitamine B2 ou riboflavine, la vitamine B3 (ou PP) ou nicotinamide, la vitamine B5 ou acide pantothénique, la vitamine B6 ou pyridoxine et la vitamine B8 (ou H) ou biotine. Le tableau ci-après illustre d'ailleurs parfaitement cette richesse, en vous signalant au passage que ces quantités sont, en moyenne, cinq à dix fois plus importantes que celles contenues dans les nourritures sèches habituelles du menu quotidien:

Vitamine Teneurs moyennes de la levure, besoins journaliers en vitamine B pour 100 g chez l'animal adulte.	
Vitamine B1 (thiamine)	1,4 mg 5 à 10 mg
Vitamine B2 (riboflavine)	1,6 mg 3 à 6 mg
Vitamine B3 (PP) (nicotinamide)	18 mg 30 à 60 mg
Vitamine B5 (acide pantothénique)	8 mg 10 à 20 mg
Vitamine B6 (pyridoxine)	2 mg 5 à 10 mg
Biotine	150 à 300 mcg 50 à 100 mcg

Quand on connaît le rôle fondamental joué par ces différentes vitamines B dans la bonne marche et l'équilibre de l'organisme, on perçoit mieux l'importance que peut avoir la levure de bière dans le maintien ou le rétablissement d'une bonne santé. En effet:

- La vitamine B1 est essentielle au métabolisme des sucres (glucides) et elle est indispensable au bon fonctionnement des systèmes nerveux et musculaire;
- La vitamine B2 intervient plus particulièrement dans la croissance, ainsi que dans le maintien en bon état de la peau et des muqueuses;
- La vitamine B3 ou PP est indispensable aux systèmes digestif et nerveux, à la santé de la peau, et joue un rôle important au niveau de l'appareil circulatoire où elle permet de régulariser diverses perturbations liées à l'artériosclérose;
- La vitamine B5 contribue au bon équilibre de la peau, des muqueuses, et des phanères (cheveux, poils, ongles), favorise la croissance, la régénération cellulaire et la formation d'anticorps contre les infections en général;
- La vitamine B6 intervient dans un très grand nombre de fonctions vitales comme facteur indispensable à une centaine d'enzymes participant au métabolisme des sucres, des graisses et surtout des protéines;
- La vitamine B8 ou H joue également un rôle essentiel dans la croissance et la santé de la peau, des poils et des muqueuses.

Vous pouvez donc imaginer aisément le nombre de troubles fonctionnels et d'affections plus ou moins graves dans lesquels la levure de bière va pouvoir intervenir avec efficacité.

- Enzymes, en grand nombre: glucidases, protéases, oxydases, réductases, etc., et des plus utiles sur le plan métabolique.

- Glutathion et choline enfin, le premier favorisant les échanges cellulaires en général, la seconde qui est absolument nécessaire à l'utilisation des graisses par le foie.

PROPRIÉTÉS DE LA LEVURE DE BIÈRE

De par sa composition, la levure de bière est un aliment qui présente de très nombreux avantages nutritifs et curatifs.

- La levure de bière favorise l'assimilation alimentaire dans son ensemble, et possède une excellente valeur nutritive en protéines puisque 35 g de levure de bière apportent autant de protides que 100 g de viande.
- La levure de bière augmente la résistance, non seulement à la fatigue, mais aux infections en général, ceci du fait d'une amélioration du terrain biologique, ainsi que d'une action sur la phagocytose par une augmentation et une plus grande activité des phagocytes: cellules dont le rôle est d'englober les corps étrangers - notamment les microbes - afin de les détruire dans leur cytoplasme.
- La levure de bière constitue un excellent complément alimentaire pour les régimes déséquilibrés en protéines (particulièrement en acides aminés essentiels) et en vitamines du groupe B, déséquilibres malheureusement trop souvent rencontrés aujourd'hui.
- Enfin, les levures de bière ont d'importantes propriétés thérapeutiques sur le plan intestinal et cutané.

INDICATIONS DE LA LEVURE DE BIÈRE

La levure de bière trouve de nombreuses indications, tant préventives que curatives.

1) Chez le bien-portant, la levure de bière est vivement conseillée:

- Pour le maintenir en bonne forme et en bonne santé;
- Pour avoir une belle peau, des poils (cheveux) éclatants, des griffes à toute épreuve;
- Pour retarder le vieillissement cutané en général;
- Pour améliorer la résistance aux infections et la résistance à l'effort sans aucun effet secondaire et sans aucun danger pour la santé.

2) Chez le mal portant, la levure de bière est recommandée dans tous les cas suivants:

- Troubles de la croissance chez le jeune chien et chez le vieil animal;
- Les états de malnutrition ou de dénutrition;
- Les animaux aux terrains fragiles qui résistent mal aux infections de tous ordres;
- La chute de poils active et sa perte;

- Les états de fatigues quelles qu'en soient les causes;
- Les levures de bière sont également souvent efficaces dans de nombreuses dermatoses telles que l'acné, la furonculose, et l'urticaire, où elles doivent être largement utilisées.

TOLÉRANCE

La levure de bière est d'une parfaite innocuité et ne présente aucune contre-indication, elle est dénuée de troubles secondaires aux doses conseillées ci-dessus, et n'a aucune incompatibilité (en dehors des médicaments antifongiques qui détruisent la levure de bière avec d'autres thérapeutiques).

En conclusion, la levure de bière est un remarquable complément alimentaire qui permet de maintenir ou de retrouver son capital santé/beauté d'une façon naturelle dans les meilleurs délais. À vous d'en juger !

Dominick Lanoue NDA