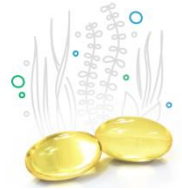


L'essentiel

DHA
d'algues

- ✓ source végétale de DHA
- ✓ potentiellement les mêmes propriétés que les huiles de poissons
- ✓ 1^{ères} études intéressantes : lipides, cerveau, articulations
- ✓ compatible avec les régimes végétariens et végétaliens



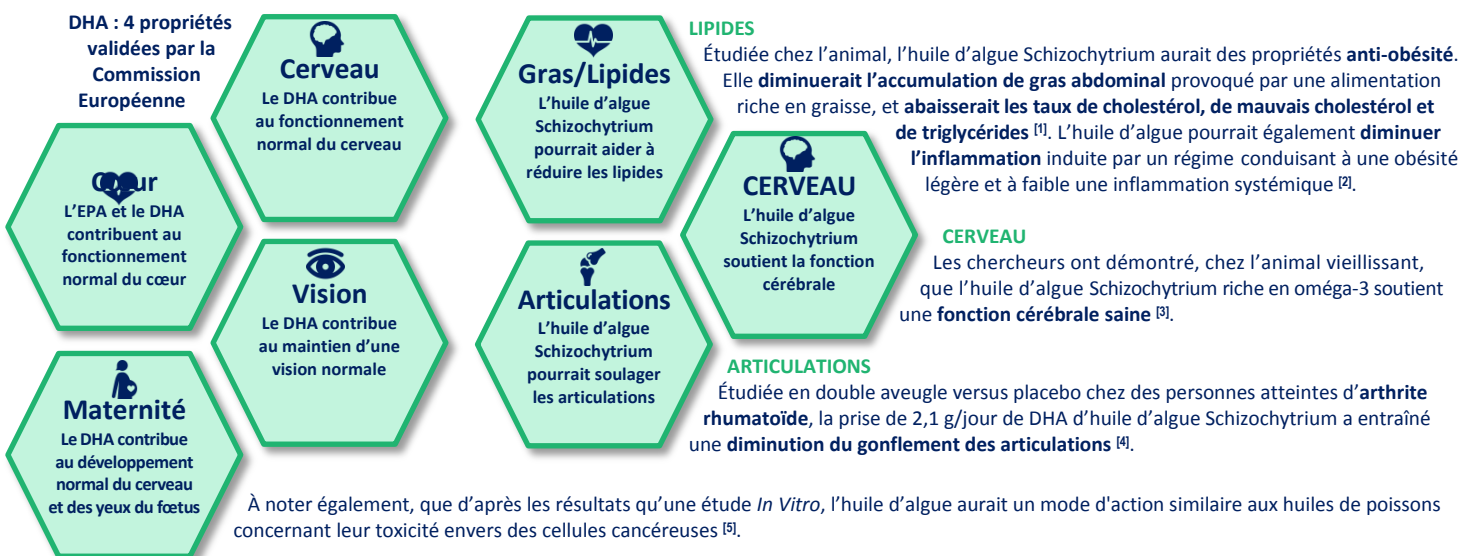
DHA d'algues ? Qu'est-ce que c'est ?

La micro-algue Schizochytrium apporte des quantités intéressantes d'oméga-3 d'origine végétale et notamment de DHA^a. Jusqu'à présent, les seules formes de DHA existantes sur le marché étaient d'origine animale (poissons, krill...). En effet, les végétaux riches en oméga-3 contiennent essentiellement l'oméga-3 ALA^b et pas (ou extrêmement peu) d'EPA^c et de DHA, deux oméga-3 dont les bienfaits pour l'organisme ont été très largement confirmés et qui bénéficient de propriétés validées par la Commission Européenne.

Aujourd'hui, l'huile riche en oméga-3 DHA extraite de la micro-algue Schizochytrium constitue une bonne alternative aux huiles de poissons, et offre aux végétariens et végétaliens un moyen efficace d'obtenir un apport suffisant en DHA.

DHA d'algues ? Quelles études ?

L'huile de micro-algue Schizochytrium est assez récente sur le marché des oméga-3, elle ne bénéficie donc pas encore du bagage scientifique des huiles de poissons. Cependant, nous pouvons supposer que les propriétés de l'EPA et du DHA des huiles d'algues sont identiques ou très proches de celles, largement démontrées, des huiles de poissons (notamment sur la sphère cardiaque, le système nerveux, et la sphère visuelle).



En résumé

Bien que de plus amples études soient nécessaires, les premières recherches sur l'huile d'algue Schizochytrium semblent profiler des **propriétés similaires aux huiles de poissons**.

Les oméga-3 d'algues Schizochytrium offrent aux végétariens et végétaliens un moyen naturel d'éviter ou de limiter leurs carences en DHA.

Et pour tous ceux qui sont soucieux du bien-être animal, il existe des huiles riches en oméga-3 d'algues **certifiées VEGAN !**

^a DHA : acide docosahexaénoïque / ^b ALA : acide alpha linoléique / ^c EPA : acide éicosapentaénoïque

NATÉSIS® septembre 2017 - Sylvia Rivas, Responsable Recherche & Développement - Natésis® tous droits réservés.

Sources & Références bibliographiques : [1] Yu J. & al. : Microalgal Oil from Schizochytrium sp. Prevents HFD-Induced Abdominal Fat Accumulation in Mice. *J Am Coll Nutr.* 2017 Jul;36(5):347-356. [2] Komprda T. & al.: Effect of dietary Schizochytrium microalga oil on selected markers of low-grade inflammation in rats. *J Anim Physiol Anim Nutr (Berl).* 2016 Dec; 100(6):1169-1178. [3] Hadley KB. & al.: The oil-rich alga Schizochytrium sp. as a dietary source of docosahexaenoic acid improves shape discrimination learning associated with visual processing in a canine model of senescence. *Prostaglandins Leukot Essent Fatty Acids.* 2017 Mar; 118:10-18. [4] Dawczynski C. & al.: Docosahexaenoic acid in the treatment of rheumatoid arthritis: A double-blind, placebo-controlled, randomized cross-over study with microalgae vs. sunflower oil. *Clin Nutr.* 2017 Mar 6. [5] Van Beelen VA. & al.: A comparative study on the effect of algal and fish oil on viability and cell proliferation of Caco-2 cells. *Food Chem Toxicol.* 2007 May;45(5):716-24. Epub 2006 Oct 28.

Sources images : cerveau, cœur, œil, os : Freepik, Femme enceinte : OCHA

Cet article s'appuie sur des études et données scientifiques issues de la Recherche. Il ne saurait, en aucun cas, engager la responsabilité de NATÉSIS® ou de son auteur s'il en était fait une interprétation relevant du domaine médical (diagnostic ou traitement). Cet article ne dispense, en aucun cas, de consulter un professionnel de santé, et ne doit, en aucun cas, inciter à l'arrêt d'un traitement médical ou à sa modification.

M&J : septembre 2017