



HUILES D'ONAGRE BOURRACHE

Zoom sur la formule



180 capsules - 2 mois
Beauté de la peau

POUR 3 CAPSULES PAR JOUR

PLANTES

Huile de bourrache (graine) <i>Borago officinalis</i> dont acide gamma-linolénique	750 mg 150 mg
Huile d'onagre (graine) <i>Oenothera biennis</i> dont acide gamma-linolénique	750 mg 75 mg

VITAMINES

Vitamine E	20,2 mg	168%*
------------	---------	-------

*AR : Apports de Référence

ACL 9707729
EAN 3760162130287

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI



Déconseillé chez l'enfant de moins de 12 ans

- Les femmes enceintes et allaitantes sont invitées à prendre l'attache d'un professionnel de santé avant toute complémentation.

POSOLOGIE

Prendre trois capsules par jour, le matin, avec un grand verre d'eau.

- Il est conseillé de faire une cure de 2 mois. Cette cure peut être renouvelée dans l'année.
- Ne pas dépasser la dose journalière conseillée.

QU'EST-CE QU'UN COMPLÉMENT ALIMENTAIRE ?

Les compléments alimentaires se situent **entre l'aliment et le médicament**. Si, à l'inverse des aliments, ils n'ont pas vocation à nourrir, ils n'ont pas non plus, à l'instar des médicaments, vocation à soigner. En fonction de leur composition, leur rôle peut être **nutritionnel** ou **physiologique**.

On distingue trois axes d'action :

- combler les **déficiences alimentaires**
- éliminer ou atténuer les **inconforts du quotidien**
- prévenir et maintenir en **bonne santé**.

Ainsi, les compléments alimentaires ont un rôle de bien-être et de mieux-être. Parce que, comme le dit l'OMS, "**la santé ne consiste pas seulement en une absence de maladie**".

RÉGLEMENTATION

Les compléments alimentaires sont aujourd'hui soumis à un **cadre réglementaire exigeant**. Les indications d'un produit sont encadrées par ce que l'on appelle des **allégations** dont plusieurs textes listent précisément les **ingrédients**, les **conditions** et **précautions** d'emploi ainsi que les **dosages** autorisés.

Source : *L'essentiel des compléments alimentaires* par SYNADIET

Les oméga 6 : rôle pour la peau et dans l'inflammation



Les oméga 6, dont le chef de file est l'acide linoléique, sont des **acides gras polyinsaturés** qui jouent un rôle essentiel dans la **formation de la barrière cutanée** ainsi que dans l'**inflammation**.

L'huile de **bourrache** présente une **teneur particulièrement élevée (environ 20%)**, en **GLA ou acide gamma-linolénique**⁽¹⁾. Cet oméga 6 est à l'origine de PGI₁, ou prostaglandines anti-inflammatoires.

L'huile d'**onagre**, quand à elle, possède une concentration d'environ **10% d'acide gamma-linolénique**⁽²⁾.

Rôle structurant

Les oméga 6, et notamment, l'acide gamma-linolénique sont des précurseurs des constituants des phospholipides membranaires. Ils ont ainsi un **rôle structurant des membranes cellulaires**. Ils sont **essentiels à la barrière imperméable de l'épiderme**. De plus, l'acide gamma-linolénique **favorise la souplesse et l'hydratation de la peau** et joue un **rôle anti-inflammatoire**⁽³⁾.

Cependant, les **oméga 6 apportés en excès risquent d'augmenter l'inflammation et de favoriser des problèmes cardiovasculaires**... Finalement, **tout est question d'équilibre avec les oméga 3** : le rapport idéal est de 5 oméga 6 pour 1 oméga 3.

Comprendre la formule DAYANG

Le produit Huiles d'Onagre Bourrache DAYANG est un complément alimentaire à base de plantes et vitamine. Il a pour but de **maintenir la peau en bonne santé**.

HUILE D'ONAGRE

Allégation ID1550 : l'onagre aide à entretenir une peau en bonne santé. Condition pour alléguer : apporter au moins 600 mg d'huile de graine par jour.

Allégation ID2382 : l'onagre peut contribuer à maintenir les tissus cutanés conjonctifs en bonne santé. Condition pour alléguer : apporter au moins 600 mg d'huile de graine par jour.

VITAMINE E

Allégation Art. 13.1 du règlement (CE) n° 1924/2006 : la vitamine E contribue à protéger les cellules contre le stress oxydatif. Condition pour alléguer : apporter au moins 15% des AR* journaliers.

LE + DAYANG

DAYANG a choisi de compléter cette formule avec de **L'HUILE DE BOURRACHE**. La réglementation n'autorise pas à alléguer sur ces ingrédients.

Compléter le conseil

CONSEILS ASSOCIÉS

- Penser au Sélénium A-C-E et au Zinc DAYANG qui protègent les cellules contre le stress oxydatif et qui contribuent également au maintien d'ongles, de cheveux et d'une peau normale.
- Penser aux capsules Cheveux et ongles DAYANG pour un effet complémentaire sur les phanères.
- Penser aux ampoules Dépuratif BIO DAYANG.
- Penser au Collagène marin 2500 mg acide hyaluronique DAYANG.



Le **RAPPORT IDÉAL ENTRE OMÉGA 6 ET OMÉGA 3** devrait être de **5 pour 1**. Or, on retrouve trop souvent des alimentations déséquilibrées avec un rapport plus élevé allant jusqu'à 20 pour 1... Il y a trop d'oméga 6, ce qui induit plus de risques d'inflammation et de problèmes cardiovasculaires.

Les **aliments riches en oméga 3** sont l'huile de colza, l'huile de lin, les noix ou encore les poissons gras (maquereau). Les **aliments riches en oméga 6** sont les huiles d'onagre et de bourrache, ainsi que l'huile de tournesol. Finalement, **tout est question d'équilibre**, et cela commence par **adopter une alimentation variée et équilibrée**.

(1) Asadi-Samani M, Bahmani M, Rafieian-Kopaei M. The chemical composition, botanical characteristic and biological activities of Borago officinalis: a review. Asian Pac J Trop Med. 2014 Sep;7(5):522-8. doi: 10.1016/S1995-7645(14)60199-1. PMID: 25312125. (2) Timoszuk M, Bielawska K, Skrzydlewska E. Evening Primrose (Oenothera biennis) Biological Activity Dependent on Chemical Composition. Antioxidants (Basel). 2018 Aug 14;7(8):108. doi: 10.3390/antiox708108. PMID: 30110920; PMCID: PMC6116039. (3) Kapoor R, Huang YS. Gamma linolenic acid: an antiinflammatory omega-6 fatty acid. Curr Pharm Biotechnol. 2006 Dec;7(6):531-4. doi: 10.2174/138920106779116874. PMID: 17168669.