



SAUGE

Fournit des antioxydants pour le maintien d'une bonne santé.

Numéro de produit NPN # 80039527
Forme posologique Capsule
Voie d'administration recommandée Orale
Population Adultes
Dosage *Salvia officinalis* 280.0 mg

Historique ²

On dénombre environ 700 espèces de sauge dans le genre *Salvia* L. La sauge est originaire d'Europe, d'Asie mineure, et d'Amérique Centrale et du Sud. Différentes espèces ont été utilisées pour leurs vertus culinaires ou thérapeutiques en médecine traditionnelle. Les Amérindiens utilisaient par exemple la sauge blanche lors de divers rituels, comme encens ou sauge divinatrice. Aujourd'hui l'espèce *Salvia officinalis* L. est la plus couramment utilisée en cuisine, notamment en Europe du Sud dont l'Italie, où elle est très populaire.

Antioxydants

Les antioxydants sont des composés qui réduisent les dommages causés par les radicaux libres dans le corps. Les radicaux libres sont des molécules très réactives qui seraient impliquées dans l'apparition des maladies cardiovasculaires, de certains cancers et d'autres maladies liées au vieillissement. Aussi, un apport régulier en antioxydants est-il nécessaire pour aider au maintien d'un corps en bonne santé.

Les antioxydants sont présents en quantités non négligeables dans les fines herbes, qui en contiennent parfois plus que les fruits et légumes. Toutefois, si la consommation régulière de fines herbes permet de contribuer à l'apport en antioxydants par l'alimentation, elles ne sont généralement pas consommées en quantité suffisante puisque principalement utilisées comme assaisonnement.

Professionnels

En 2003, Campanella *et al.* ont mis à l'essai plusieurs fines herbes pour évaluer leur capacité antioxydante. Celle de la sauge a été estimée comme étant la plus élevée parmi six fines herbes, les 5 autres étant le baume, la marjolaine, le persil, le romarin et le basilique.

D'après Masuda T *et al.* (2002)³ et Zheng W *et al.* (2001)⁴, l'acide carnosique et l'acide rosmarinique seraient les principaux composés antioxydants contenus dans la plante.



Indications thérapeutiques

- Fournit des antioxydants pour le maintien d'une bonne santé.

Adultes : Prendre 1 capsule à chaque repas avec de l'eau

Salvia officinalis

Classification USDA¹

Règne : *Plantae*

Division : *Magnoliophyta*

Classe : *Magnoliopsida*

Ordre : *Lamiales*

Famille : *Lamiaceae*

Genre : *Salvia* L.

Espèce : *Salvia officinalis* L.



Ingrédient médicinal :

Salvia officinalis 280.0 mg

Ingrédient non-médicinal :

Cellulose, stéarate de magnésium et gélatine.

Posologie

Il est recommandé de prendre 1 capsule 3 fois par jour avec un verre d'eau, fournissant une dose journalière équivalente de 840.0 mg de *Salvia officinalis* L. Les capsules Sauge de Léo Désilets Maître Herboriste vous assurent ainsi un apport conséquent en antioxydants en plus de votre alimentation, et vous aident à maintenir une bonne santé.

Précautions et mises en garde

- Si vous êtes enceinte ou si vous allaitez, ne pas utiliser ce produit.
- Si vous souffrez de troubles convulsifs (p. ex. l'épilepsie), ne pas utiliser ce produit.

¹ Fiche *Salvia officinalis*-kitchen sage. USDA Plant Database. Disponible en ligne sur : <http://plants.usda.gov/core/profile?symbol=SAOF2> (consulté le 27.02.2015)

² La Sauge dans l'alimentation. Passeport Santé. Disponible en ligne sur : http://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=sauge_nu (consulté le 27.02.2015)

³ Masuda T, Inaba Y, Maekawa T *et al.* Recovery mechanism of the antioxidant activity from carnosic acid quinone, an oxidized sage and rosemary antioxidant. *J Agric Food Chem.* 50:5863-5869. 2002

⁴ Zheng W, Wang SY. Antioxidant activity and phenolic compounds in selected herbs. *J Agric Food Chem.* 49:5165-5170. 2001

 **Léo Désilets**
Maître herboriste

Léo Désilets maître herboriste Inc. est une entreprise de produits naturels **entièrement québécoise** établie à Scotstown, en Estrie. Ses activités ont débuté en 1974, où le fondateur a commercialisé son produit par excellence : la gomme de sapin.

Nos méthodes de production respectent les **exigences de bonnes pratiques de fabrication (BPF)** mentionnées dans la réglementation de Santé Canada.

Nous fabriquons un large éventail de **produits de santé naturels** et de **soins de la peau**, qui sont disponibles par le biais de notre site web et dans la plupart des magasins de produits naturels et quelques pharmacies.

Notre mission; vous offrir des produits de santé naturels et soins de la peau haut de gamme pour vous aider à soigner votre santé de façon naturelle.

