

# SAUGE

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

**90 capsules 280 mg**

**VÉGÉTALES | SANS PESTICIDES | SANS OGM**

NPN 80039527



## Historique<sup>2</sup>

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.



### INGRÉDIENT MÉDICINAL

Sauge (*Salvia officinalis*, Feuille) ..... 280 mg

### INGRÉDIENTS NON-MÉDICINAUX

Cellulose, stéarate de magnésium et hypromellose.

### DOSE RECOMMANDÉE

Adulte : 1 capsule 3 fois par jour. Prendre 1 capsule à chaque repas avec de l'eau.

### DURÉE D'UTILISATION

Pour un usage au-delà de 2 semaines, consulter un praticien de soins de santé.

### CONTRE-INDICATIONS

- 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.

### SALVIA OFFICINALIS

Classification USDA<sup>1</sup>

Règne : *Plantae*

Division : *Magnoliophyta*

Classe : *Magnoliopsida*

Ordre : *Lamiales*

Famille : *Lamiaceae*

Genre : *Salvia* L.

Espèce : *Salvia officinalis* L.

## 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)<sup>3</sup> et Zheng W et al. (2001)<sup>4</sup>, l'acide carnosique et l'acide rosmarinique seraient les principaux composés antioxydants contenus dans la plante.



**LEO DESILETS**

**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.

### RÉFÉRENCES

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

<sup>2</sup> **La Saugé dans l'alimentation.** Passeport Santé. Disponible en ligne sur : [http://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=sauge\\_nu](http://www.passeportsante.net/fr/Nutrition/EncyclopedieAliments/Fiche.aspx?doc=sauge_nu) (accessed on 27.02.2015)

<sup>3</sup> 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

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

