

# L'Étude Fribourg

## Méthodologie et résultats préliminaires

### **PARTICIPANTS À L'ÉTUDE**

L'Étude Fribourg a été réalisée avec 48 sujets humains en santé d'âges variés. Aucun des sujets de test n'avait été diagnostiqué avec une maladie avant l'étude et aucun ne prenaient de médicaments.

Toutefois, selon leurs marqueurs biologiques, 24 des sujets présentaient un syndrome métabolique, comme l'hypertension artérielle, le cholestérol ou le surpoids, mais quand même à l'intérieur de ce que les médecins considéreraient un écart normal.

Les 24 autres participants avaient des marqueurs biologiques plus près de ce qui serait considéré comme idéal.

### **LA MÉTHODOLOGIE**

La méthodologie de l'étude consistait à prélever du sang de chacun des sujets. Nous avons testé les échantillons sanguins pour l'activité des radicaux libres, les niveaux de cholestérol, les taux de lipides sanguins, la protéine C-réactive (un bon indicateur de la santé cardiaque), les niveaux de glucose, la réponse à l'insuline, et l'inflammation.

Nous avons également mesuré la fréquence cardiaque et la pression artérielle.

Les mesures ont été prises avant et immédiatement à la suite d'une quantité prescrite d'exercice spécifique. On a demandé aux participants de venir au laboratoire ayant jeûné pendant huit heures. Les tests se

poursuivirent sur une période de 12 semaines. Nous avons demandé à chacun des sujets de ne rien changer en ce qui concernait leur mode de vie ou régime alimentaire au cours de ces 12 semaines, à l'exception de prendre les suppléments Peak Performance que nous leur avons remis.

Les suppléments étaient les Ensembles Peak Performance de Melaleuca, présentés au Congrès mondial de Melaleuca en mai 2014.

Premièrement : pour établir le niveau de santé de base de chaque personne, de nombreux tests ont été menés séparément sur chaque sujet avant de prendre les suppléments.

Les suppléments ont été administrés avec un petit pain pour faciliter la digestion et pour évaluer la réponse à l'insuline de l'organisme.

Deuxièmement : nous avons repris les mesures une heure après la prise de la première dose de Peak Performance. Nous avons fait cela avec les 48 sujets.

Troisièmement, nous avons demandé aux sujets de prendre les sachets de suppléments Peak Performance chaque jour pendant une période de six semaines et de revenir au laboratoire où nous avons répété les tests identiques que nous avons faits avec eux avant de prendre ces suppléments.

Finalement, nous leur avons demandé de continuer à prendre les suppléments Peak Performance pendant une période de six semaines additionnelles et leur avons demandé

de revenir pour encore administrer les mêmes tests sanguins.

### **DES RÉSULTATS EN UNE HEURE**

On remarqua que le cœur des participants n'avait pas à travailler aussi fort pour effectuer exactement le même exercice qu'ils avaient fait avant de prendre les suppléments.

En fait, seulement une heure après avoir pris les premiers suppléments, une réduction moyenne de 5 battements cardiaques par minute à la suite de l'exercice prescrit fût observé.

Un tel résultat moins d'une heure après la prise de suppléments est une découverte significative. C'est aussi important médicalement, puisque le rythme cardiaque est un marqueur biologique. En effet, certains chercheurs affirment qu'une réduction du rythme cardiaque d'un battement par minute allongerait en moyenne l'espérance de vie d'une personne d'approximativement une année.

Par conséquent, une réduction de 5 battements par minute pourrait prolonger la durée de vie de cette personne d'environ cinq ans.

Outre l'amélioration de la fréquence cardiaque dès la première heure, les observations suivantes ont été faites :

Une réduction des radicaux libres de 10,2% pendant l'exercice.

Une réduction significative de 27,4% du pic de glycémie après avoir mangé.

Les résultats après 1 heure étaient beaucoup mieux que prévus. Mais les résultats après 6 et 12 semaines ont été encore plus frappants.

### **LES TAUX DE LIPIDES SANGUINS**

L'étude démontra une amélioration significative des taux de cholestérol HDL, LDL, et triglycérides chez les 48 participants.

#### **LE CHOLESTÉROL**

En particulier, les améliorations suivantes ont été observées après 6 semaines d'usage continu des suppléments :

Les 48 sujets ont enregistré une réduction moyenne de 7,5% du cholestérol total dans le sang, ramenant la moyenne à l'intérieur de l'écart idéal.

Les sujets dont le taux de cholestérol étaient élevés ont enregistré une réduction encore plus importante de 8,5% de leurs taux de cholestérol total.

LDL (ou mauvais cholestérol) a diminué en moyenne de 6,7% chez les 48 sujets.

Une fois de plus les sujets qui avaient un taux de LDL élevé ont montré la plus grande amélioration.

Ceux avec des niveaux élevés ont enregistré une baisse moyenne de 11,3% de leurs taux de cholestérol LDL.

Également important, les participants de l'étude qui avaient un niveau de cholestérol HDL moins que l'idéal ont enregistré une augmentation moyenne de 18,3% du taux de HDL (le bon cholestérol).

#### **TRIGLYCÉRIDES**

Une baisse moyenne de 8,8% des triglycérides a fût observée chez la population totale de 48 sujets.

Mais cette baisse était significativement plus prononcée chez les personnes ayant des taux de triglycérides légèrement élevés.

Ce groupe a enregistré une baisse moyenne des triglycérides de 23,3%.

### **LA PRESSION ARTÉRIELLE**

De plus, les 48 sujets de l'étude enregistrèrent en moyenne une baisse de 5.2% de leur tension artérielle après 6 semaines d'usage continu des suppléments.

Encore plus important, ceux qui débutèrent l'étude avec une tension artérielle normale mais légèrement élevée virent une baisse de 5.9%.

### **DES EFFETS SUR L'ACIDE NITRIQUE**

Pour fournir une preuve supplémentaire que les suppléments peuvent aider à maintenir une tension artérielle saine, l'oxyde nitrique dans le sang a également été mesuré. L'oxyde nitrique est le principal métabolite responsable du maintien de la pression artérielle saine. Encore une fois, les résultats observés étaient remarquables.

Dans certains des 48 participants, les niveaux d'oxyde nitrique dans le sang ont plus que doublé après avoir pris les suppléments Peak Performance quotidiennement pendant 12 semaines.

### **LE MÉTABOLISME DU GLUCOSE**

Lors de l'étude, l'impact des suppléments sur les niveaux de sucre sanguin a été évaluée après la consommation d'un petit pain. Les résultats montrent une réduction significative des pics glycémique dès que les sujets ont pris les suppléments pour la première fois, avec une réduction progressive après plusieurs semaines d'utilisation continue des suppléments.

En effet, le pic de sucre sanguin a été réduit de 27,4% le premier jour, de 37,2% après 6 semaines, et de 44,3% après 12 semaines d'utilisation de ces suppléments.

Une réponse à l'insuline beaucoup plus saine a été également observée, en particulier chez les sujets qui avaient des signes préliminaires de résistance à l'insuline, mais qui n'étaient pas diabétique.

Parmi ce groupe, après 12 semaines d'utilisation, une baisse significative de 28% de l'Index HOMA, une mesure de la sensibilité à l'insuline, a été observée.

### **LA FRÉQUENCE CARDIAQUE ET DE L'ÉNERGIE**

À mesure que les participants continuèrent d'assimiler les nutriments des suppléments au fil du temps, la capacité du corps à produire de l'énergie efficacement sembla augmenter de façon significative. C'est parce que le cœur n'avait pas à travailler aussi fort pour faire la même quantité d'exercice. Une partie de l'étude devait prendre le pouls des 48 sujets après s'être entraîné sur une machine elliptique à une vitesse spécifique de révolutions par minute.

Chacun d'entre eux avait été testé avant de prendre les suppléments pour la première fois. Ils ont été testés à nouveau une heure après avoir pris les suppléments, et puis de nouveau après six semaines et après 12 semaines de l'utilisation continue des suppléments.

Après six semaines d'utilisation des suppléments, les 48 sujets avaient un rythme cardiaque moyen de 8 battements par minute de moins que ce qu'ils avaient en faisant exactement le même exercice avant de les avoir pris.

Après avoir pris les suppléments Peak

Performance pendant 12 semaines, ils pourraient faire le même exercice avec un pouls de 9 battements par minute de moins.

## **LA RÉDUCTION DES RADICAUX LIBRES**

La quantité de radicaux libres dans le sang pendant le repos, puis pendant l'exercice a été testée. Encore une fois, les résultats étaient exceptionnels. Dans l'étude, les radicaux libres ont été mesurés comme dérivés réactifs de l'oxygène (DRO).

Après avoir utilisé les suppléments Peak Performance pendant six semaines, les 48 sujets ont enregistré une réduction moyenne en DRO de 22,07% au repos et une réduction de 25,9% pendant l'exercice.

Une telle réduction en DRO grâce à un simple supplément nutritionnel, est sans précédent. Aucun autre supplément n'a connu d'avoir produit de résultats similaires.

## **RÉSISTANCE À L'INFLAMMATION**

Finalement, on a observé des résultats significatifs dans la réponse inflammatoire pour les 48 sujets de l'étude.

Lors du premier test de l'inflammation, la résistance à l'inflammation s'est améliorée en moyenne de 35,8% en une heure seulement !

Le deuxième test a mesuré le taux de protéine C-réactive ultrasensible, aussi connu comme hs-CRP. Les niveaux de hs-CRP sont importantes parce qu'ils peuvent être un indicateur précis de la santé cardiaque.

En fait, des experts de l'inflammation ont déterminé qu'un niveau de CRP de 3,0 mg / L ou plus, même si toujours considéré dans un écart normal, peut tripler le risque d'une personne d'avoir une maladie cardiaque. Le risque semble encore plus important chez les femmes que chez les hommes. En revanche, les personnes ayant des niveaux extrêmement faibles de CRP, moins de 0,5 mg / L, souffrent rarement de crises cardiaques.

Après 12 semaines de supplémentation régulière avec les suppléments Peak Performance, les sujets ont montré une réduction importante de 21,3% dans le taux de hs-CRP.

Les sujets qui avaient de hs-CRP élevé, mais à l'intérieur de la gamme des valeurs normales, ont enregistré une réduction significative de 34,1% dans le hs-CRP.

Plus important encore, la moyenne de hs-CRP parmi ces participants se déplaça d'un niveau de risque élevé vers un niveau modéré et beaucoup plus sain.

## **RÉSUMÉ**

En résumé, après 6 et 12 semaines de prise de suppléments, les 48 sujets de l'étude en moyenne améliorèrent de façon significative chacun des marqueurs biologiques mesurés. Ceux qui avaient à l'origine les marqueurs les plus élevés furent ceux qui connurent les meilleurs résultats.