

Omégachoco®
Résultats des analyses nutritionnelles réalisées par le laboratoire Eurofins
Tablettes de 100g / 8 mois

énergie kcal		608,00			
humidité	%	1,50	calcium	mg/kg	650,00
résidu sec total	%	98,50	*Riche en cuivre	mg/kg	13,00
sucres totaux	%	29,10	fluor	mg/kg	<10
*Riche en fibres alimentaires	%	10,80	*Source de fer	mg/kg	27,00
cendres	%	1,78	*Riche en magnésium	mg/kg	1800
*Sans Sel ou sans sodium	g/100g	0,01	*Riche en manganèse	mg/kg	14,00
protéines	%	10,30	*Riche en phosphore	mg/kg	2900,00
glucides totaux	%	42,60	*Source de potassium	mg/kg	5000,00
glucides assimilables		31,80	sélénium	mg/kg	<0,2
lipides	%	43,80	*Source de zinc	mg/kg	29,00
AGS	g/100g	22,90			
AGMI	g/100g	12,40	vitamine A	µg/100g	<21,00
AGPI	g/100g	6,50	vitamine E	mg/100g	0,32
AG trans	g/100g	<0,1	vitamine B1	mg/100g	0,16
acide alpha linoléique (3)	g/100g	4,20	vitamine B2	mg/100g	0,04
acide EPA + DHA	mg/100g	143,00	vitamine B9	µg/100g	21,00
			vitamine D2	µg/100g	<0,50
AGS	% AG	54,80	vitamine D3	µg/100g	<0,50
AGMI	% AG	29,70	vitamine C	mg/100g	<0,50
AGPI	% AG	15,50			
*Riche en oméga 3	% AG	10,50	polyphénols (acide gallique)	g/100g	2,20
oméga 6	% AG	5,00	cholestérol	mg/100g	1,68
acide myristique	% AG	0,10	Index glycémique		22,00
acide palmitique	% AG	24,60	ORAC	µmol/g	372,00
acide palmitoléique	% AG	0,20	caféine	g/100g	0,10
acide margarique	% AG	0,20	théobromine	g/100g	0,70
acide stéarique	% AG	28,70	théophylline	g/100g	<0,02
acide oléique	% AG	28,70			
acide linoléique (6)	% AG	5,00			
acide alpha linoléique (3)	% AG	10,10			
acide arachidique	% AG	1,10			
acide gadoléique	% AG				
acide béhénique	% AG	0,10			
acide lignocérique	% AG				
acide eicosapentanoïque EPA	% AG	<0,05			
acide docohexaéonique DHA	% AG	0,30			

L'Omégachoco a un indice glycémique (IG) bas : 21

Analyse Poudre de cacao pour 100g

Apport énergétique		Acides aminés	
Joules	1610 kJ	Acide aspartique	1730 mg
<i>(Calories)</i>	<i>(387 kcal)</i>	Acide glutamique	2840 mg
Principaux composants		Arginine	1120 mg
Glucides	11,6 g-	Cystine	212 mg
<u>Amidon</u>	8,5 g-	Glycine	756 mg
Sucres	0,9 g	Histidine	292 mg
Fibres alimentaires	29,5 g	Isoleucine	684 mg
Protéines	22,4 g	Leucine	1010 mg
Lipides	20,6 g-	Lysine	756 mg
Saturés	12,4 g	Méthionine	212 mg
Eau	3,5 g	<u>Phénylalanine</u>	756 mg
Cendres totales	10 g	Proline	864 mg
Minéraux et oligo-éléments		Sérine	900 mg
Calcium	140 mg	Thréonine	720 mg
Cuivre	3,9 mg	Tryptophane	216 mg
Fer	48,5 mg	Tyrosine	540 mg
Magnésium	500 mg	Valine	1120 mg
Manganèse	4,1 mg	Acides gras	
Phosphore	690 mg	Acide myristique	20 mg
Potassium	3900 mg	Acide palmitique	5000 mg
Sélénium	<0,02 mg	Acide stéarique	7040 mg
Sodium	45 mg	Acide oléique	6 500 mg
Zinc	6,4 mg	Acide linoléique	580 mg
Vitamines		Acide alpha-linolénique	40 mg
Vitamine B1	0,076 mg		
Vitamine B2	0,12 mg		
Vitamine B3 (ou PP)	1,15 mg		
Vitamine B5	0,82 mg		
Vitamine B6	0,01 mg		
Vitamine B9	0,107 mg		
Vitamine D	0,00273 mg		
Vitamine E	0,88 mg		

Les atouts nutritionnels de l'Omegachoco® + cacao poudre

Qu'est-ce que l'Omegachoco ?

Ce chocolat si particulier, comme aimait le dire le Professeur Christian Cabrol qui a fait la préface du livre **Le chocolat et le chirurgien, écrit par M. Berton et traduit dans plusieurs pays.**

L'Omegachoco® fait partie de la famille des chocolats, mais il est très différent de ceux d'aujourd'hui.

L'ingrédient principal est une fève de cacao bio, sélectionnée pour ses qualités nutritionnelles et gustatives.

Elle est associée à la graine de lin concassée avec une méthode particulière qui n'altère pas ses propriétés (omega3...) Il est fabriqué artisanalement avec des matières premières 100 % biologiques.

Pourquoi est-il différent ? :

L'OMEGACHOCO® est excellent d'un point de vue nutritionnel. Comme le chocolat des pharmaciens du 19^e siècle, il a beaucoup de propriétés, et plus encore :

10 allégations nutritionnelles* : (pour 100 g) :

- Riche en Phosphore : 290 mg (41 % VNR*)
- Riche en Magnésium : 190 mg (50 % VNR)
- Source de Potassium : 500 mg (41 % VNR)
- Source de Fer : 2,8 mg (41 % VNR)
- Riche en Manganèse : 1,40 mg (70 % VNR)
- Source de Zinc : 2,90 mg (29 % VNR)
- Riche en Cuivre : 1,30 mg (130 % VNR)
- Riche en Fibres alimentaires : 11 g
- Riche en Oméga 3 : 3,6 g d'oméga-3 pour 2,1 g d'oméga-6

*VNR : Valeur nutritionnelle de Référence

***Analyse nutritionnelles réalisées sur l'Omegachoco® après 17 mois de conservation dans son emballage. Analyses financées par le Réseau de Développement Technologique de Poitou-Charentes**

Il contient également des vitamines du groupe B, indispensables pour la stabilité de notre système nerveux. Sa composition équilibrée, dont notre organisme a besoin quotidiennement, agit par synergie.

Ceci est dû à une méthode de fabrication qui restitue les composants de la fève de cacao et du lin concassé, afin que le consommateur en profite pleinement.

Qu'est-ce qui le rend unique ? :

Omegachoco® a un rapport exceptionnel de 1 oméga-3 pour seulement 0,6 d'oméga-6. De plus, il n'y a pas d'oxydation des oméga-3 grâce à ses antioxydants naturels, notamment les polyphénols (Acide Gallique : 2,2g/100 g). Les oméga-3 ne sont pas en contact direct avec l'air, la lumière, la chaleur et l'humidité, qui sont sources d'oxydation. (Le processus d'oxydation commence à partir de 42 °C.)

La majorité des produits dits « riche en oméga-3 » contiennent plus d'oméga-6, contrairement à l'omegachoco. L'AFSSA recommande un rapport moyen de 1 oméga-3 pour 4 oméga-6, seulement, l'apport en oméga-3 dans les pays occidentaux est bien trop faible avec un rapport moyen de 1 oméga-3 pour 20 oméga-6.

Omegachoco® a une teneur exceptionnelle en acide Alpha Linoléique ALA (le grand-père de l'oméga-3, que l'on trouve dans le végétal). L'élongation de l'acide Alpha Linoléique ALA nous donne aussi l'EPA et le DHA (le père et le fils de l'oméga-3 que l'on trouve dans le poisson).

100 grammes d'Omegachoco® apportent 3,743 g d'oméga-3 dont 0,143 g d'acide EPA et DHA.

Ce rapport lui a valu la médaille d'or au salon International des Inventions de Genève en 2008 dans la classe Alimentation Santé Hygiène.

OMEGACHOCO®, de multiples atouts nutritionnels:

C'est un aliment qui apporte des protéines végétales : elles ont un rôle important dans le renouvellement cellulaire, le maintien du tissu musculaire et elle participent à de nombreuses réactions physiologiques dans l'organisme. (hormones, enzymes, hémoglobines, anticorps...)

L'OMEGACHO® est riche en lipides, mais ce sont principalement des acides gras insaturés (dus aux graines de lin concassées et protégé par les anti-oxydants d'Omegachoco®) bénéfiques pour le système cardiovasculaire.

Les acides gras saturés proviennent du beurre de cacao. Ils sont transformés en très grande partie, sous certaines conditions, en mono insaturés pendant la digestion. À première vue le taux élevé d'AG saturés fait suspecter le beurre de cacao de favoriser l'hypercholestérolémie. Mais cette conclusion est fautive, car ce qui compte, c'est ce qui va dans le sang. Il faut savoir que l'acide stéarique se transforme en acide oléique. Donc le sang récupère que 28 % d'AG saturés. (voir réf) De plus Omegachoco® à 10,5 % d'oméga-3 et 5 % d'oméga-6 au 100 g. (voir Analyses)

On note aussi que ses glucides complexes, source d'énergie, permet de limiter une forte glycémie post-prandiale.

Ces anti-oxydants (2,2 g de polyphénols sous forme d'acide gallique) et les acides gras (oméga-3) protègent nos cellules de l'oxydation.

L'[acide \$\alpha\$ -linoléique](#) (ALA) est le précurseur de la famille des oméga-3. Grâce à des [enzymes](#), l'acide linoléique va être transformé en EPA ou [acide eicosapentaénoïque](#) (EPA), lui-même précurseur de deux groupes de molécules :

- les [eicosanoïdes](#) (p.ex. certaines [prostaglandines](#)) de série 3
- l'[acide docosahexaénoïque](#) (DHA).

Les [eicosanoïdes](#) jouent un rôle [anti-inflammatoire](#) et [anti-allergique](#). Ils assurent la protection des [artères](#) et du [cœur](#).

L'acide docosahexaénoïque assure l'intégrité des fonctions [cérébrales](#), joue un rôle dans la formation des [spermatozoïdes](#) ainsi que dans le développement du [cerveau](#) et de la [rétine](#).

Propriétés des vitamines, minéraux d'OMEGACHOCO® :

– le **phosphore** : il participe à la minéralisation des os et des dents. Il est aussi l'un des constituants majeurs de certaines molécules (protéines et lipides par exemple) ;

– le **magnésium** : il a des rôles multiples. C'est un cofacteur de nombreuses réactions enzymatiques, il participe à l'excitabilité musculaire, à la régulation de la perméabilité cellulaire ainsi qu'à la motricité intestinale, il intervient aussi dans la contraction et la relaxation musculaire et dans la protection du foie principalement ;

– le **potassium** : il a un rôle dans la répartition de l'eau corporelle et dans l'équilibre hydro-électrique de l'organisme. Il intervient aussi dans de nombreuses réactions métaboliques ;

– le **fer** : il intervient dans la synthèse de l'hémoglobine et de la myoglobine et participe aussi à des réactions métaboliques.

– le **calcium** : le calcium est le constituant du squelette et prévient de l'ostéoporose, participe à la contraction musculaire, l'influx nerveux, la coagulation sanguine et au processus enzymatique.

– la **vitamine B1** : elle joue un rôle dans le fonctionnement des muscles et de la mémoire puis dans la transmission de l'influx nerveux. Elle participe aussi à la transformation du glucose en énergie ;

– la **vitamine B2** : c'est un antioxydant qui intervient dans la qualité des tissus (peau, oeil...) ;

- la **vitamine B6** : elle a également un rôle dans la transformation des nutriments (protides, lipides, glucides) en énergie ;
- la **vitamine B9** : elle est impliquée dans la formation des cellules sanguines, des cellules nerveuses puis dans la formation des neuromédiateurs au niveau du cerveau. Elle joue un rôle dans la prévention de l'hypertension (dilatation des vaisseaux sanguins).

Riche en **fibres** :

- Riche en **fibres insolubles**. Celles-ci accélèrent le transit intestinal et permettent ainsi d'épurer les intestins en diminuant le temps de contact entre des composés toxiques absorbés et la muqueuse intestinale. Par ailleurs, ces fibres sont hypocholestérolémiantes et hypotriglycéridémiantes.
- On retrouve également des **fibres solubles**. Ces fibres permettent de maintenir la glycémie constante en ralentissant l'absorption des glucides et aussi de diminuer le taux de mauvais cholestérol (LDL-cholestérol).

L'OMEGACHOCO® contient d'autres **molécules organiques** :

- des **polyphénols** : ce sont des antioxydants. Ils piègent les radicaux libres, néfastes pour l'organisme. Ils participent au ralentissement du vieillissement cellulaire ;
- l'**inositol** : c'est un composé anticancer. Il a la propriété de renforcer l'effet antioxydant des polyphénols.

L'Omegachoco et notre poudre de cacao apportent naturellement tous les nutriments nécessaires à votre cerveau, flore intestinale, cellules, muscles... votre organisme sera stimulé pour produire suffisamment d'hormones du bonheur.

Pourquoi ? :

Le tryptophane contenu dans l'OMEGACHOCO est un acide aminé essentiel pour la production de sérotonine. Ensuite celle-ci entraîne le cerveau à augmenter naturellement la Mélatonine .

La mélatonine est un neurotransmetteur clé du cerveau qui joue sur la motivation, la productivité, la concentration, le sommeil, la mémoire... Le mode de dégustation d'Omegachoco est très important pour avoir au mieux cette réaction en chaîne.
(voir constat de dégustation)

Sources :

En aucun cas les informations et conseils proposés sur le site Alternative Santé ne sont susceptibles de se substituer à une consultation ou un diagnostic formulé par un médecin ou un professionnel de santé, seuls en mesure d'évaluer adéquatement votre état de santé

Références :

1. KHODOROWSKY K. ROBERT H. - *Le chocolat – Collection « les idées reçues »* - Ed. Le Cavalier Bleu, Paris, 2004.
2. KNIGHT I. - *Chocolate & cocoa, health and nutrition – Blackwell Science Ltd, Oxford, 1999.*
3. ROUSSEL A., LARRUE G. - *Etude des tests biologiques de l'insuffisance hépatique chez l'enfant, après ingestion prolongée de chocolat, Semaine des Hôpitaux, 1953, 73, 3794.*
4. FRARRABOUC G- *Chocolat et diététique, Thèse de Doctorat N°900, Paris, 1955.*
5. GOUNELLE H. - *Foie et chocolat. Les épreuves d'insuffisance fonctionnelle. Soc. Med. Hôp., 1954, 898, 24-25.*
6. MCKIM S.E. Et al. - *Cocoa extract protects against early alcohol-induced liver injury in the rat. Arch Biochem. Biophys, 2002, 406 (1), 40-46*
7. AMIN I. et al – *Effect of cacao liquor extract on tumor marker enzymes during chemical hepatocarcinogenesis in rats. J. Med. Food, 2004, 7 (1), 7-12*
8. CASTELL D.O. Et al. - *Review article : the pathophysiology of gastro-oesophageal reflux disease-oesophageal manifestations. Aliment Pharmacol. Ther., 2004, 20, Suppl 9, 14-25*
9. SUN C.O. Et al. - *Antibacterial actions of fatty acids and monoglycerides against Helicobacter pylori. FEMS Immunol. Med. Microbiol., 2003, 15, 36 (1-2), 9-17.*
10. CHERBUT C. et al. - *Dietary fibre effects on intestinal transit in man : involvement of their physiochemical and fermentative properties. Food Hydrocolloids, 1991, 5, 15-22.*
11. BOLTON-SMITH C., MCCLUSKEY M.K. - *The relationship between confectionary consumption, physical activity and BMI in a Scottish population. Proceedings of the Nutr. Soc., 1997, 56, 158A.*
12. GIBSON S.A. - *Are high fat and high sugar foods and diets conducive to obesity ? J of Food Science and Nutr., 1996, 47, 405-415*
13. BERTRAIS S. et al. - *Contribution of confections to daily nutritional intakes in French adults : association with relative weight. Poster at European Congress of Obesity, Anvers, 2000.*
14. DREWNOWSKI A. et al. - *Food preferences in human obesity : carbohydrates versus fats. Appetite, 1992, 18, 207-221.*
15. MELA D.J. - *Eating behaviour, food preferences and dietary intake in relation to obesity and body weight status. Proceedings Nutr Soc., 1996, 55, 803-816.*
16. KRIS-ETHERTON P.M. Et al. - *The rôle of fatty acid saturation on plasma lipids, lipoproteins and apolipoproteins. Effects of whole food diet high in cocoa butter, olive oil, soybean oil, dairy butter and milk chocolate on the plasma lipids of young men. Metabolism, 1993, 42, 121-129*
17. KRIS-TEHERTON P.M. Et al. - *A milk chocolate bar/day substituted for a high carbohydrate snack increase HDL cholesterol in young men on an NCEP/AHA step one diet. Amer J. Clin. Nutr., 1994, 60, 1037S-1042S.*
18. ADAMSON G.E. - *HPLC method for the quantification of procyanidins in cocoa and chocolate samples and correlation to total antioxidant capacity. J. Agric. And Food Chem., 1999, 47, 4184-4188.*
19. SERAFINI M. et al. - *Plasma antioxidant from chocolate. Nature, 2003, 424, 28.*
20. REIN D. - *Epicatechin in human plasma : in vivo determination and effect of chocolate consumption on plasma oxidation status. J. Nur., 2000, 130, 2109S-2119S.*
21. INNES A.J. Et al. - *Dark chocolate inhibits platelet aggregation in healthy volunteers. PLATELETS, 2003, 14 (5), 325-327.*
22. HOLLENBERG N.K. Et al. - *Cocoa flavanols and cardiovascular risk. Clin Pharmacol., 2004, 11.5.379-386*
23. SCHRAMM D.D. Et al. - *Chocolate procyanidins decrease the leucotriene-prostaglandin ratio in humans and human aortic endothelial cells. Amer J. Clin. Nutr. 2001. 73. 36-40.7*
24. SIES H. et al. - *Cocoa polyphenols and inflammatory mediators. Amer J. Clin. Nutr. 2005, 81 (1 Suppl). 304S-312S.*
25. ROSS R ; - *Atherosclerosis – an inflammatory disease. New Engl. J. Med., 1999,340, 115-126.*
26. GASSI D. - *Short-term administration of dark chocolate is followed by a significant increase insulin sensitivity and a decrease in blood pressure in healthy persons. Amer. J. Clin. Nutr. 2005, 81 (3), 611-614.*
27. BRAND MILLER J-C – *The glycemic index of more breads, break-fast cereals and snack products. Proc. Nutr. Soc. Aust, 1997, 21, 144.*