

Le dioxyde de silicium bioactif, le silicium qui tient ses promesses !

Pour une peau jeune, des cheveux brillants, des ongles solides, un cartilage souple et des os forts, de nombreux compléments alimentaires à base de silicium sont vantés. Malheureusement, peu d'entre eux tiennent réellement leurs promesses ! Le principal problème est que les formes de silicium présentes dans les plantes et les suppléments sont difficiles à absorber par la majorité des personnes. Heureusement, « le dioxyde de silicium bioactif » – ou *la silice* bioactive – offre une forme naturelle et hautement assimilable de silicium, dont l'efficacité est démontrée scientifiquement.

La véritable beauté vient de l'intérieur

Les scientifiques ont toujours recherché des moyens de rendre la peau, les cheveux et les ongles plus beaux et plus résistants, et de renforcer le cartilage et les os. Bien souvent, ils proposaient des crèmes, lotions ou gels à usage externe, qui ne donnaient malheureusement que des résultats superficiels et temporaires. Comme la structure et la solidité de la peau, des cheveux, des ongles, du cartilage et des os dépendent des protéines constituant leurs tissus conjonctifs – notamment les “protéines de beauté” que sont le collagène, l'élastine et la kératine – il est devenu évident qu'il vaut mieux fournir les nutriments nécessaires par voie interne afin de favoriser la production de ces tissus. Dans ce contexte, le silicium ou acide silicique, aussi appelé « minéral de beauté », s'avère être l'un des nutriments les plus essentiels pour améliorer la qualité de la peau, des cheveux, des ongles, du cartilage et des os.

Absorption difficile

Un problème fondamental réside dans le fait que le silicium se trouve dans la nature principalement sous forme de longues chaînes ou « polymères » d'acide orthosilicique. Ces chaînes doivent d'abord être décomposées par l'acide gastrique en petites molécules « monomères » d'acide orthosilicique, avant de pouvoir être absorbées et renforcer les tissus conjonctifs. Les personnes qui produisent peu d'acide gastrique, ou les personnes âgées avec une fonction gastrique affaiblie, ne tirent donc que peu ou aucun bénéfice de sources pourtant riches en silicium comme le millet, la prêle, l'ortie ou le bambou, car le silicium s'y trouve sous forme de polymères difficiles à décomposées. Comme souvent, ce n'est pas ce que vous ingérez qui compte, mais ce que vous absorbez !

Bioactif sur 3 niveaux

Un composé de silicium qui fonctionne réellement pour tout le monde, même avec un estomac faible, est le dioxyde de silicium, ou la silice, bioactive. Les grands avantages de ce silicium « triple A » sont les suivants :

- **Activated** : la silice bioactive est rendue poreuse grâce à des extraits de plantes spécifiques. Au contact de l'eau, cette silice poreuse se transforme facilement en acide orthosilicique « monomère », la forme active du silicium dans l'organisme
- **Absorbed** : sous forme monomère, l'acide orthosilicique est parfaitement absorbé ; il a été démontré qu'il est mieux assimilé que l'acide orthosilicique stabilisé par la choline, la silice colloïdale, ou encore le silicium issu du millet, de la prêle, du bambou ou de l'ortie (qui contiennent des polymères d'acide orthosilicique difficiles à décomposer)
- **Assimilated** : l'acide orthosilicique formé à partir de la silice bioactive est également optimalement utilisé par les tissus.

Un véritable « boosteur de collagène »

La protéine la plus abondante dans notre corps – et celle qui détermine en grande partie la solidité, la qualité et la jeunesse de la peau, des cheveux, des ongles, du cartilage et des os – est le collagène. Alors que la vitamine C est essentielle parmi les vitamines pour la synthèse du collagène, le silicium est tout simplement indispensable parmi les minéraux. Ce « boosteur de collagène » contribue donc :

- à une meilleure formation du tissu osseux, aidant à prévenir ou freiner **l'ostéoporose** et à **accélérer la guérison des fractures** – particulièrement utile durant la ménopause
- au niveau de la peau, à **une réduction prouvée des rides fines** et à une **augmentation de l'élasticité, de l'hydratation et du volume**. La peau devient moins relâchée et plus ferme. La silice bioactive constitue une vraie mesure anti-âge
- à des **cheveux plus forts, plus volumineux et plus brillants**
- à des **ongles plus solides et moins cassants**, qui se dédoublent moins facilement
- à un **cartilage articulaire plus résistant**, avec un ralentissement clair de sa dégradation
- à une **guérison plus rapide des plaies**

Combinaisons

Pour de meilleurs résultats, la silice bioactive peut être combinée avec d'autres mesures, notamment bien sûr la vitamine C. Pour les os, on pense également aux nutriments qui favorisent la minéralisation osseuse tels que les vitamines D3 et K2, des sources de calcium bien absorbables (comme le Lithothamnium calcareum) et le bore. Pour la peau, on considère le collagène hydrolysé, l'acide hyaluronique, le soufre organique (MSM) et des antioxydants qui protègent la peau comme l'astaxanthine, l'ubiquinol, les tocotriénols, les procyanidines oligomères (OPC) et le thé vert.