

# Charte de comparaison des micros algues comestibles

Oui / Effet positif    
  Oui / Effet positif mais avec limitations    
  Pas d'effet / pas d'information

	Production d'algues	Certification organique	Impact sur le système nerveux
<b>Aphanizomenon Flos-Aquae (AFA)</b>	L'AFA pousse naturellement dans le lac Klamath en Oregon et elle est moissonnée à l'état sauvage. La plupart des eaux qui se déversent dans le lac Klamath proviennent de sources naturelles. Avant de rejoindre le lac, ces eaux voyagent au travers d'un sol volcanique qui permet à l'AFA de se nourrir d'une large gamme de minéraux et de nutriments.	Certification organique conforme aux normes USDA ( <i>US department of Agriculture</i> ) et NOP ( <i>National Organic Program = programme bio national</i> ) <input checked="" type="checkbox"/>	L'AFA a récemment démontré être une source exceptionnelle de phényléthylamine (PEA), <u>alcaloïdes</u> monoamines. Dans le <u>cerveau</u> , elle joue le rôle de <u>neurotransmetteur</u> . <input checked="" type="checkbox"/>
<b>Spiruline</b>	La Spiruline pousse dans des bassins créés par l'homme. Son profil nutritionnel peut connaître des limites lorsque des nutriments sont artificiellement ajoutés à son environnement de croissance.	Certification organique lorsque sa culture se fait avec du fumier. <input checked="" type="checkbox"/>	La Spiruline ne contient pas de phényléthylamine (PEA) et n'est pas connue pour avoir d'effet sur le système nerveux. <input type="checkbox"/>
<b>Chlorella</b>	La Chlorella pousse dans des bassins créés par l'homme. Son profil nutritionnel peut connaître des limites lorsque des nutriments sont artificiellement ajoutés à son environnement de croissance.	Certification organique lorsque sa culture se fait avec du fumier. <input checked="" type="checkbox"/>	La Chlorella ne contient pas de phényléthylamine (PEA) et n'est pas connue pour avoir d'effet sur le système nerveux. <input type="checkbox"/>

	Profil lipidique	Protection contre les radicaux libres des cellules immunitaires	Mobilisation des cellules immunitaires
<b>Aphanizomenon Flos-Aquae (AFA)</b>	Une étude réalisée à l'Université de Harvard a démontré que l'AFA était une source importante d'Omega 3 pour les acides gras poly-insaturés. <input checked="" type="checkbox"/>	Le système immunitaire est l'un des principaux contributeurs à l'oxydation interne du corps. Il a pu être démontré que l'AFA permettait de réduire la production cachée de radicaux libres par une activité phagocytaire pour les cellules polymorphes nucléées <input checked="" type="checkbox"/>	La consommation quotidienne de 1,5 g d'AFA a permis de stimuler la mobilisation des lymphocytes B et T des tissus lymphoïdes et d'augmenter la migration des cellules NK du sang vers les tissus. <input checked="" type="checkbox"/>
<b>Spiruline</b>	La Spiruline contient peu d'Omega 3- acides gras mais elle est une bonne source d'Omega 6 – acides gras. <input checked="" type="checkbox"/>	Pas d'information disponible. <input type="checkbox"/>	Il n'a pas été démontré que la Spiruline avait des effets sur les mobilisations de lymphocytes. Lorsqu'elle a été testée, la spiruline n'a montré aucun effet sur la migration des cellules NK. <input type="checkbox"/>
<b>Chlorella</b>	La Chlorella ne contient qu'une très faible quantité d'acides gras poly-insaturés <input checked="" type="checkbox"/>	Pas d'information disponible. <input type="checkbox"/>	Il n'a pas été démontré que la Chlorella avait des effets sur les mobilisations de lymphocytes. Lorsqu'elle a été testée, la Chlorella n'a montré aucun effet sur la migration des cellules NK. <input type="checkbox"/>

# Charte de comparaisons des micros algues comestibles

Oui / Effet positif    
  Oui / Effet positif mais avec limitations    
  Pas d'effet / pas d'information

	Stimulation de l'activité macrophage	Phycocyanine	Croissance et protection des cellules souches
<b>Aphanizomenon Flos-Aquae (AFA)</b>	L'AFA contient un polysaccharide spécifique qui a démontré qu'il permettait de stimuler l'activité macrophage <input checked="" type="checkbox"/>	L'AFA contient un volume important de phycocyanine qui s'est révélé être un puissant et spécifique inhibiteur du COX2 <input checked="" type="checkbox"/>	Un extrait exclusif d'AFA a permis de mettre en évidence l'augmentation de la multiplication des cellules souches chez l'adulte, la protection du stress oxydatif des cellules souches et de leurs endommagements. <input checked="" type="checkbox"/>
<b>Spiruline</b>	La Spiruline contient un polysaccharide spécifique qui a démontré qu'il permettait de stimuler l'activité macrophage ; cependant sa performance est d'un quart de celle de l'AFA <input checked="" type="checkbox"/>	La Spiruline contient un volume important de phycocyanine qui s'est révélé être un puissant et spécifique inhibiteur du COX2 <input checked="" type="checkbox"/>	Pas d'information disponible <input type="checkbox"/>
<b>Chlorella</b>	La Chlorella contient un polysaccharide spécifique qui a démontré qu'il permettait de stimuler l'activité macrophage ; cependant sa performance est de la moitié de celle de l'AFA <input checked="" type="checkbox"/>	La Chlorella ne contient pas de phycocyanine et n'a aucun effet spécifique sur les inflammations. <input type="checkbox"/>	Pas d'information disponible <input type="checkbox"/>

